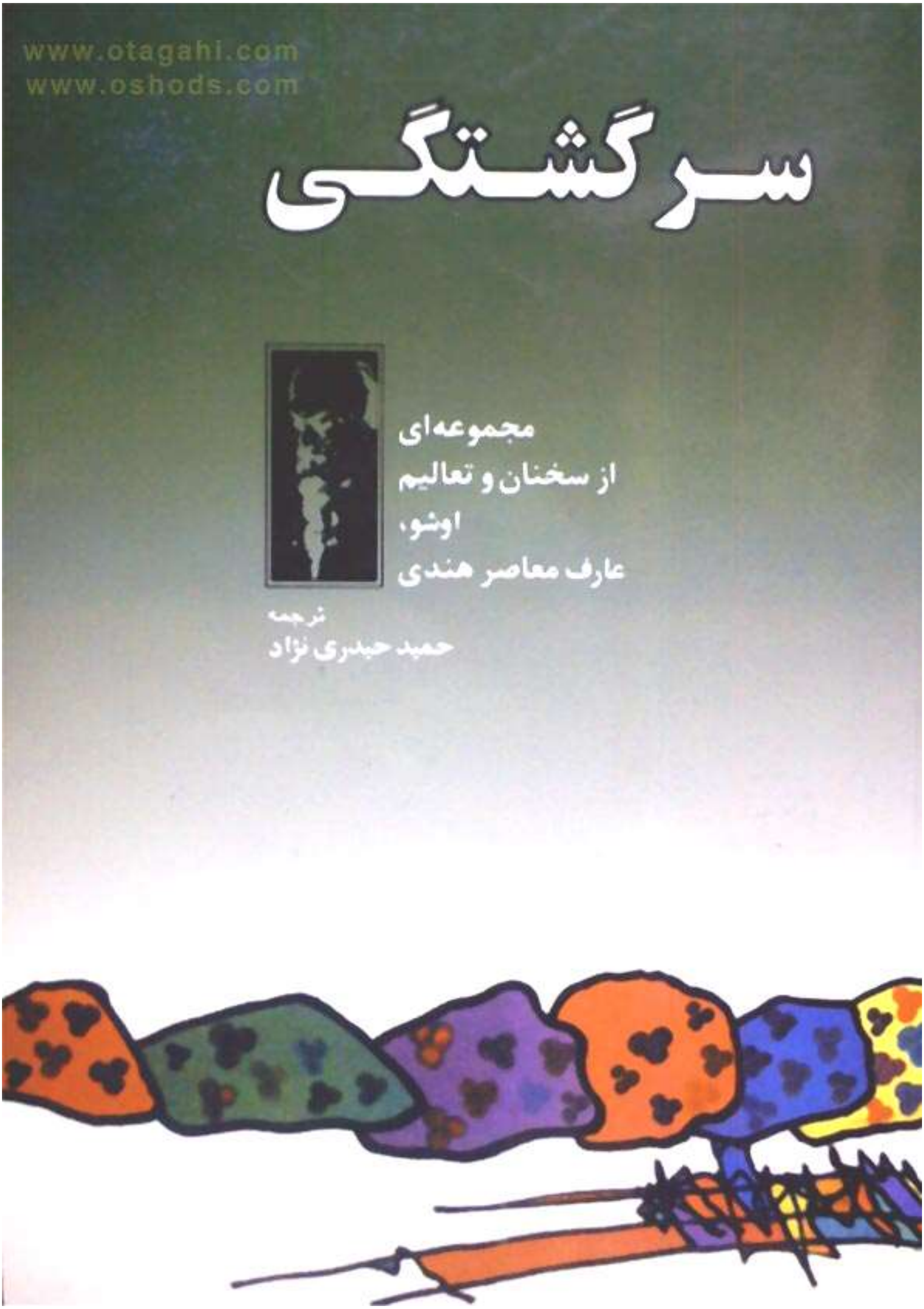

www.otagahi.com
www.oshods.com
سرگشتگی
مجموعه‌ای
از سخنان و تعالیم
اوشو،
عارف معاصر هندی
ترجمه
حمید حیدری نژاد

سرگشتگی

ترجمه: حمید حیدری نژاد

Translate by: Hamid Heydari Nejad

(نسخه: چاپ دوم – زمستان 1381 – 3300 جلد – انتشارات آویژه)

این کتاب با حمایت و کمک های مالی و معنوی عاشقین اشو تهیه و به تمام عزیزان علاقمند تقدیم میگردد.

www.oshods.com

http://groups.yahoo.com/group/oshodreamstar

تاریخ انتشار: 7 / 3 / 1390

28 May 2011

Osho Dream Star

مقدمه

گسستگیِ انسانِ امروز از خویشتنِ خویش و راز نهفته در درونش که همواره آن را سر به مُهری گران پنداشته و رنج و اندوهی که روحِ خستهٔ او را هر دم با ملالی در هم آمیخته، اندیشه اندیشمندان و خردورزان این دوران را به چالشی سترگ خوانده است. آن انسان گسسته‌بین و پندارگرا که پیله‌ها به دور خود تنیده و فرسنگ‌ها از حقیقت فاصله یافته و ذات اصلی و اصلی‌اش در زیر خروارها اوصافِ خیالی از خویش مدفون و پنهان است اینک در پی یافتن گریزراهی، زیر هر پاره ـ اندیشه‌ای را به جستجو برخاسته است. تلخ‌کامی‌های زندگی چندان کام او را آزرده کرده که به جنونی غریب و نامنتها، خود را در بند و گرفتار می‌یابد؛ و دیگر بر سر هیچ کویی سخن از عشق، در والاترین پایه و معنای آن، بر زبان‌ها جاری نیست. همه اهلِ قالند و کسی را اهل حال نخواهی یافت و همگان غافل از آن «آنِ» بی‌همتایِ عالم، سرگشته‌اند و از سراسیمگی سرشار. عقل سودا زده هر دم از روزنی به ناکجا سر برون می‌کند و او را به سترون ـ دشتی دیگر می‌راند، دشتهایی بی‌حاصل و آکنده از بیهوده‌گویی‌های ذهن. انسانِ امروز، چندان در آشفتگی‌ها و پریشانی‌های خیالش غرقه است که حرمان و حسرت دمی آسودگی و آرزوی رها بودن و رها گشتن هماره در عمق جانش لانه کرده است و در جستجوی آن آرزومندی، هر دم به رنگی در می‌آید و لحظه‌ای بعد جامه‌ای دیگر به بر می‌کند و چون افسون‌زدگان در پیِ بافته‌های سست بنیادِ پندار خویش است. و در میانه این کشاکِش ابدی، مردمانی چند، پیله‌ها از هم شکافته و پندارها در هم کوفته و سامانه‌های باور یکسره به سویی نهاده‌اند و رها از بندِ باورها، ناشناخته را پی‌جو گشته و مصافش داده‌اند. لائوره، گوتامه بودا، بودی درمه، گورجیف، رامانه ماهاریشی و کریشنا مورتی از جمله این مردمان‌اند که در آغاز جملگی را دیوانگانی سودازده و غریب احوال می‌خواندند و از پس مرگ، آنان را در پایه‌ای که بایسته ایشان است جای دادند و اینک در عصری که پسامدرنش نام نهاده‌اند عارفی نو آمده از سلسله همان روشنی یافتگان به واگویه تازه از اسراری لب به سخن گشوده که بارها با کلامی دیگرسان و در دورانی دیگرگون جانِ خسته مردمان را تازه کرده و راه ناهموارشان را همواری بخشیده است، چندان که اکنون در جمع عارفان و اهلِ راز شأنی در خور یافته و آموزه‌هایش به سانِ نجواهای آرام یک رود، روح را نوازش می‌دهد و پنجره‌های فرو بسته آن را بر می‌گشاید.

اشو از جمله سرگشته‌گانی بود که در میانه جوانی به سال 1953، آن هنگام که 21 بهار بیش‌تر از عمر وی سپری نگشته بود روشنی یافت و نور اشراق در دلش تابیدن گرفت و زان پس همه جد و جهدش بر آن شد تا آن‌چه را که یافته با دیگران سهیم شود و در پی برآوردن این اشتیاق در میانه دهه 1960، که او را پایه استادی دانشگاه جبال‌پور بخشیده بودند، سفری را به سرتاسر زادگاهش یعنی همان هند افسانه‌ای آغاز کرد و فنِ «مراقبه پویا» یا «دینامیک مدی‌تیشن»، ره‌آورد او از این سفر بود. در خلال این دوران و در سخنانی که برای نوآمدگان و راه‌جویان بیان می‌کرد از آیین‌ها و باورهای دیرینه سالی که سخت در اندیشه هندیان ریشه داشت خرده گرفت و تازیانه نکوهش خود را بر سامانه باورهای دروغین برگشود. در اوایل دهه 1970 مردمان را با مشربی که نئو ـ سانیاسین‌اش نام نهاده بود آشنا کرد و هزاران نفر از همه عالم به گرد او در پویا درآمدند تا به سخنانش گوش دهند و آموزه‌هایش را فرا راه خویش کنند. اشو، خود را به سان پُلی می‌دانست که میان درکِ خاورزمینیان از مراقبه و تمنایِ غربیان برای عمل‌گرایی و دست یاری دادن به خویشتن فراز گشته بود، بینشی تازه که آمیزه‌ای از وجد و جذبهٔ درون‌گرای گوتامه بودا و کشف لذت‌ها و شور دنیایِ بیرونیِ زوربا را یک‌جا و در خود داشت. به دیری به زاویه نشستن و چشم فروبستن بر دنیا و گوشهٔ عزلت طلبیدن در مرام او جایی نداشت، بل به تمامی خواستار آن بود تا از مراقبه و مدی‌تیشن، راهی به همهٔ اعمالِ روزانه آدمیان گشاده کند و معنویتِ روان را از میانهٔ آن طلب کرده بود. اینک آن‌چه از پس 30 سال روشن‌گری از او باقی است به صورت 615 دفتر با مضامین گونه‌گون و در همهٔ حوزه‌های اندیشه و آگاهی و کردار آدمی به 30 زبان مختلف نشر یافته است. سخن را با کلامی از او که به سال 1990 جهان را ترک گفت به پایان می‌بریم:

«هرچه ظلمت و تاریکی ژرف‌تر باشد روشنایی سپیده‌دمان آشکارتر است و هر اندازه کابوسِ خواب زندگی را مهیب‌تر بیابی، لحظهٔ بیداری‌ات نزدیک‌تر.»

مترجم

از عشق برخاستن: گفتاری در باب عشق

چنین پرسان بوده‌اند که، «عشقی که در وجودم شعله می‌کشد با هزاران بند با دنیای بیرون در هم تافته و وابستهٔ آن است و در همان حال معنای سخن‌تان را به خوبی در می‌یابیم که گفته‌اید باید به تمامی در درونِ خویش مستقر بود؛ حال اگر کسی و چیزی قدردان آن عشق نباشد و طَعمش را نچشد چه بر آن عشق خواهد رفت؟ شما، باگوان ارجمند، بی‌مریدانتان که هستید؟»

در آغاز باید چند نکته را بی‌گمان شد: عشق بر دو قسم است. سی. اس. لوئیس[1]، عشق را بر دو قسم، مجزا کرده است: عشق از سر نیاز و عشقی که هدیه می‌شود. آبراهام مزلو[2] نیز عشق را در دو طبقه جای می‌دهد: عشق از سر کمبود و نقص، و عشق ناب. فرق و تمایزی بس مهم میان این دو پایه از عشق است و باید آن را دریافت.

عشق از سر نیاز یا عشقی که منشأ آن نقصان و کاستی است همواره دیگری را تکیه‌گاه خود می‌کند و وابستهٔ او است. عشقی است نارس و بلوغ نایافته و نمی‌توان عشق راستینش نامید بل نیازی است که بایدش تا برآورده شود و تو در این میانه از دیگری سود می‌جویی و او را چون ابزاری به کار می‌بندی، آلت دستش می‌کنی و از او بهره می‌بری و زیر نفوذ خود می‌گیری و بَرَش غالب می‌شوی. اما آن کس دیگر از پایه‌ای که بایسته است به زیر آمده، تباه و ویران می‌شود و او هم همان را بر تو روا می‌کند و در تلاش است تا بر تو چیره شود و به زیر مهمیزش کشد و تو را مالک شود و به کارت بندد. هیچ نشانهٔ عشقی در سود جستن از انسانی دیگر یافته نیست. پس به ظاهر چون عشق جلوه می‌کند و جامه‌ای چون عشق به بر دارد. لیک مسکوکی است قلب شده. اما این همان فاجعه و مصیبتی است که غالب آدمیان بدان دچارند. زیرا تو نخستین درس عشق خود را در کودکی خویش فرا می‌گیری. کودکی که زاده می‌شود در همهٔ ابعاد، اتکایش

---

1. C.S.Lewis؛ (1963 ـ 1898)، استاد فلسفه و ادبیات انگلیسی دانشگاه‌هاي آکسفورد و کمبریج، مقاله‌نویس و مدافع سرسخت مسیحیت که آثار محققانه بسیاري از او به جاي مانده است ـ م.

2. Abraham Maslow (1970 ـ 1908)؛ مزلو در بروکلین نیویورك متولد شد و تحصیلات دانشگاهي خود را در دانشگاه ویسکانسین به پایان رساند. وي به همراه کورت گلداشتین به نظریه خود شکوفایي ـ نیاز براي فهم تمامیت شخص ـ معتقد بود. او در عین حال از محققین زمینه انسان‌گرایي بود. فرانیازها (meta needs)، اشخاص خودشکوفا و تجارب متعالي (Peak experiences) از مفاهیم ابداعي است. (فرهنگ جامع روان‌شناسي و روان‌پزشکي؛ نصرت‌الله پورافکاري.)

به مادر است. عشق او به مادر عشقی است ناشی از نقص و کاستی‌هایش؛ محتاج مادر است. بی‌وجود مادر ادامهٔ حیات برایش ممکن نیست. مادر را دوست می‌دارد زیرا مادر بنیان همهٔ حیات او است. در واقعِ امر، عشقی در میان نیست؛ بر هر زنی که او را حامی باشد و برای ادامهٔ بقایش به حمایت از او برخیزد و نیازهایش را برآورد عاشق خواهد بود. مادر، او را منبع خوراکی است که می‌خورد. این تنها شیر نیست که از او به جان خویش می‌برد، عشق نیز در میان است که جز نیاز هیچ نیست. هزاران هزار انسان همهٔ عمر در کودکی خویش مانده‌اند و هرگز بالغ نمی‌شوند. بر سال‌های عمرشان افزوده می‌شود لیک ذهن‌شان طفلانی خردسال را مانده است. روان‌شان کودکانه و خام دستانه بر جای خویش است. هماره محتاج عشق و محبت‌اند و چون خوراک بر آن بی‌تابی می‌کنند و تشنهٔ عشق‌اند. آدمی را آن دمی می‌توان کمال یافته دانست که عاشقانه زندگی کند، از عشق سرریز شود و آن را با دیگری سهیم گردد و دستِ بخشیدنِ عشق از آستین بیرون آورد و این همان رشد و بلوغ یافتنی است که نرم نرمک به سراغت می‌آید. انسان کمال یافته پنجرهٔ بخشیدن‌ها را تماماً برگشوده است. و تنها آن به کمال رسیده است که قادر به بخشیدن است. زیرا تنها او از عشق آکنده است. زان پس است که دیگر عشق امری وابسته نخواهد بود و می‌توانی در عشق غرقه باشی و بودن یا نبودن دیگری حال تو را دیگرگون نمی‌کند و در این پایه، عشق را دیگر نمی‌توان رابطه‌اش برشمرد و اینک کیفیتی را بدل گشته است.

چه خواهد شد اگر همهٔ خریدان به یک‌باره از نظر غایب شوند و من هنوز برجای باشم؟ چه خواهد رفت آن دم که گُلی در بیشه ای دور شکفته شود و کسی را آن‌جا نیابد تا قدرش بداند و از عِطرش سرمست گردد و لب به تحسینش برگشوده حُسن جمالش را بستاید و شعفش را شادمانه به جان کشد؟ بر آن گل چه خواهد رفت؟ می‌پژمرد؟ رنجه خواهد شد؟ دهشت زده خواهد گشت؟ به زندگی‌اش پایان می‌دهد؟ چه سخیف پنداری! آن گل، غنچه‌ها را یکی پس از دیگری شکوفا می‌کند و بر احوالش هیچ اثر ندارد که آیا کسی از کنارش گذر می‌کند یا نمی‌کند؛ او را با گذر مردمان کاری نیست و هم‌چنان عِطر خوشش را به هوا می‌پراکند.

من اگر تنها بودم و در خلوت به همان‌سان که اینک با شمایم، سیلان عشق را از جانب من به هر سو روان می‌دیدی. این شما نیستید که عشق من را به خود انگیخته‌اید که اگر چنین بود باید با رفتن شما نیز آن عشق از میان می‌رفت. این وجود شما نیست که عشق را از درونم بیرون می‌کشد. آن‌چه بر جان خود حس می‌کنید بارش عشق من بر شماست و عشقی است که هدیه‌اش کرده‌ام؛ عشق ناب است. و من به راستی با سی.اس. لوئیس و آبراهام مزلو هم‌رأی نیستم زیرا نخستین پایه عشق یا همان عشق برآمده از سر نیاز را نمی‌توان عشق نامید، بلکه نیاز است و نیاز را چگونه توانِ جای گرفتن در پایهٔ عشق است؟ عشق، تَنعّم است و سرشار بودن؛ عشق یعنی چندان مالامال از حیاتی که درمانده‌ای آن را چه کنی، پس درِ خانهٔ دلت را بر همگان می‌گشایی و قسمتش می‌کنی، گویی اصوات بسیار، خانهٔ دل را چندان پر کرده است که حال به ناچار به سرود و سُرایش درآمده‌ای و تو را پروای آن نیست که آیا کسی بدان گوش فرا داده است یا تو فقط برای خود می‌خوانی. تو را بدان کاری نیست. اگر غیر تو نیز کسی نباشد باز هم باید به سرود و سرایش درآیی و پای‌کوبان به رقص آیی. دیگری می‌تواند در عشق تو روان شود یا آن را از کف بدهد. اما تا آن‌جا که تو را سهم است آن عشق، جاری گشته و سرریز است. رودها را بنگر که از بهر خوشایندی تو جاری نیستند. آبشان هماره جاری است، حال کسی باشد یا نباشد. رودها از بهر فرو نشاندن عطش تو جاری نیستند. آب رود هماره جریان دارد، تو حال می‌توانی عطش خود را فرو بنشانی یا تشنه لب بر کناره‌اش گذر کنی. تصمیم، دیگر از آن توست. آن رود نه برای تو، که فقط جاری است و تو از سر اتفاق در گذر آمده‌ای و می‌توانی آبی برداری و نیاز خود برآوری اما گذر و آب نوشیدنت همه از قضای روزگار است.

پیران طریقت و اصحاب معرفت چون رودند و مریدان و سالکان را از سر اتفاق بر مجلس آنان گذر افتاده است. آن روشنی یافته در جریان است، حال تو می‌توانی با او هم سفره شده از خوان گسترده‌اش محفوظ گردی، می‌توانی از هست او سهمی بری و درش غرقه شوی؛ اما آن پیر از بهر تو خوان خویش نگسترده است و فقط به خاطر تو جاری نیست. او فقط در حرکت و روانه است. عشق راستین است، عشق اصیل و واقعی است. آن دم که کسی را وابسته شدی جز تیره‌روزی نصیبی نخواهدت بود. از همان آغازین لحظه وابستگی حس سیه‌روزی و ادبار، روحت را آزرده می‌کند چرا که وابسته بودن یعنی تن به بردگی سپردن، و سپس

کاری که در پی‌اش روانه می‌شوی به تلافی برخاستن به هر راه ممکن است زیرا آن که وابسته‌اش می‌شوی بر تو غالب می‌آید و کسی خواستار آن نیست تا کسی دیگر بر او غالب شود. و در وابستگی، عشق توان شکفتنش از دست می‌رود. عشق را گل شکوفا گشته رهایی معنا کرده‌اند که برای شکفتن محتاج مکان است و آن دیگری نباید در راه به گل نشستن‌اش مانع شود که بسی حساس است و لطیف. آن‌گاه که وابسته کسی شوی به تحقیق، آن دیگری تو را تحت سیطرهٔ خود خواهد گرفت و تو نیز بر آنی تا بر او غالب آیی. و این همان جدال ابدی است که همواره میان آن به اصطلاح عشاق رخ می‌دهد. آنان خصم دیرین یک‌دیگرند. و پیوسته در پیکار. زنان و شوهرانشان را بنگرید؛ به راستی آنان به چه کارند؟ عشق‌ورزی‌شان تنگ‌یاب است و نادر، و بگومگوهایشان اینک قاعده زندگی گشته است. اگر شوی، زن را به مهرورزی بخواند، زن آن را دریغ کرده شوی را از خود می‌راند و جوابی آمیخته به اکراهش می‌دهد. پاسخ شوی نیز در اجابت خواستهٔ همسر خویش چنین است و خستگیِ کار زیاد را بهانه دارد.

اساساً طبع زنان این بوده که مدبرانه تر باشند و سیاست‌مدارانه‌تر از مردان در این‌باره عمل کنند، زیرا مرد هم‌اکنون نیز قدرت را به کف دارد و توانمندانه است. پول و ثروت را در اختیار دارد و آن را سر و سامان می‌دهد که منشأ قدرت اوست. به خاطر مرد بودن، زور بازویش بیش‌تر است. مردان در طول قرن‌های بی‌شمار ذهن زنان را خو داده‌اند که مرد را قوی‌تر بپندارند و زن را ضعیف. مرد به هر راه ممکن کوشیده است تا زنی بیابد تا از هر نظر کهتر از او باشد. مرد خواهان وصلت با زنی نیست که دانشش از او برتر است از آن سبب که از قدرتش می‌کاهد؛ نمی‌خواهد با زنی ازدواج کند که بلند قامت‌تر از اوست زیرا زنِ بلند اندام، والاتر و بالادست‌تر جلوه می‌کند؛ خواستار زوجیت با زنی نیست که اندیشمندتر از او باشد چرا که به بحث می‌نشیند و استدلال می‌کند و استدلال و احتجاج مایهٔ تباهی اقتدار اوست؛ زنی را نمی‌خواهد که بسی بلندآوازه است، زیرا که خود را پایه‌ای پایین‌تر خواهد یافت. و در درازای قرون مرد خواستار زنی بوده که کم سال‌تر از خود او باشد. چرا؟ چرا همسر مرد نتواند سال‌دارتر از تو باشد؟ چه خطایی بر آن مترتب است؟ زنی که سال‌های عمرش فزون‌تر است، سرد و گرم روزگار چشیده و احوال جهان نیک می‌داند و همان، نابودگر قدرت است. پس از این روست که مردان همراه خواستار زنانی بوده‌اند که از هر روی کهتر از آنان باشند و در

پایه‌ای پست‌تر جایش دهند. و بدین خاطر است که از بلندای قامت زنان کاسته گشته و هیچ دلیل دیگری یافته نیست. زنان بلندی قامت خود را از کف داده‌اند زیرا در روزگاران دور تنها زنان کوتاه قد و کوچک اندام برگزیده می‌شدند. چندی نگذشت که این پندار در فکرشان چندان مرتبه‌ای یافت که بلندای قامت خود را از دست دادند. فراست و هوشمندی خود را هم در گذر زمان گم کرده‌اند چرا که در آن دوران، زنِ هوشمند را نیازی نبود. و در عجب خواهی شد اگر بدانی فقط در همین قرن اخیر دیگرباره بر قامت زنان افزوده شده و باز حیرت خواهی کرد که استخوان‌هایشان هم فراخ‌تر گشته است و در عرض نیم قرنی که گذشت بر وزن مغزشان نیز اضافه شده و با پندار رهایی گویی کاسه سرشان نیز حجمی بیش‌تر یافته و آن خوی دیرین رو به نابودی نهاده است. مردان، اکنون نیز صاحب قدرتند، پس نیاز به فراستی نیست و سربسته و در پرده سخن نمی‌گویند و زن را آن توان نیست. آن‌گاه که از قدرت به دوری بایدت تا تدبیری در کار کنی و چاره‌ای دیگر بیابی. زنان به تنها طریقی که احساس قوت می‌کنند، طریق نیاز است و مردان پیوسته نیازمند ایشان‌اند که آن دیگر عشق نیست و داد و ستد است و آن دو بی‌وقفه بر سر بهایش در نزاعند و کشاکشی مدام میان‌شان برقرار است.

سی. اس. لوئیس و آبراهام مزلو عشق را بر دو گونه می‌بینند و رأی من چنین نیست. من به زعم خویش اولین طبقه عشق را عشق نمی‌دانم که سکه‌ای قلب شده است و حقیقتی در آن نیست و عشق راستین را در دومین گونه آن می‌بینم. عشق آن دم تجلّی می‌یابد که تو بلوغ یافته و به کمال رسیده باشی. تنها آن دم که روانت بالیده باشد توان عاشقی خواهی یافت، آن‌گاه که این درک و دریافت در ژرفای آگاهی‌ات پایه‌ای بلند یافته باشد که عشق را نه در مرتبهٔ نیاز که چونان لبالبی و سرریز شدنِ روان در نظر آوری؛ عشقی ناب، عشقی که بتوان هدیه داد. زان پس آن عشق را بی‌هیچ قید و شرطی می‌توان به هر کسی بخشید و عطا کرد. اولین قسم عشق که ظاهر عشق ره خود دارد از نیاز عمیق یک فرد به فردی دیگر زاده می‌شود و به کار می‌افتد، خال آن‌که عشق ناب و عشقی که هدیه می‌شود چندان لبالب است که از جانب انسان کمال یافته و بالغ شده به سوی دیگری جریان یافته و سرریز است. تو خود در آن عشق غرقه‌ای و اینک آن را در انبان داری و در همهٔ احوالت عیان است و به هر سو پراکنده می‌شود و نشر می‌یابد، هم‌چون هنگامی که چراغی

روشن می‌کنی و پرتو نور به درون تاریکی گسیل می‌شود. عشق را فرآوردهٔ جانبی هستی و وجود معنا کرده‌اند. آن دم که به تمامی در هستی قرار یافته‌ای فروزان از عشقی و دمی که آن هستی را وا می‌نهی شعلهٔ عشق خاموشی می‌گیرد و لحظه‌ای که پرتو عشق در وجودت خاموش شود آن را از دیگری به دریوزه می‌نشینی و سائل خانه‌اش می‌شوی. اجازتم دهید تا دیگرباره این سخن باز گویم. آن‌گاه که عشقی نداری در پی آنی تا از دیگری عشقی بستانی. تو خود اینک به تکدّی نشسته‌ای و آن دیگر هم خواهان عشق از سوی تو است و اکنون دو سائل و دریوزه دستان خود را مقابل هم دراز کرده‌اند و هر دو این امید به دل دارند که دیگری آن متاع در پیش داشته باشد و طبعاً هر دو در نهایت ناکام هستید و امیدتان بر آب است و خویشتن را مغبون یافته‌اید. هر زن و شویی و هر به ظاهر عاشقی را که پرسش کنی خود را فریب خورده می‌داند و آن دیگری را تقصیر کار. اما کسی در پی فریب تو نبوده است. فریب‌کار، آن پنداره ناراست خودت است که اغوایت کرده. اگر تو را پنداری ناراست بوده آن دیگری را چه گناه است؟ حال آن پندار درهم شکسته و آن کس دیگر آن‌گونه که می‌پنداشتی از کار در نیامده. همین. لیک آن دیگری را هیچ اجبار نیست تا هستی‌اش آن باشد که تو در انتظارش می‌بودی. دیگری نیز بر این باور است که اغفالش کرده و فریبش داده‌ای زیرا او هم چشم انتظار جاری شدن عشق از سوی تو بوده است. هر دو امیدوارانه چشم به راهِ سیلانِ عشق از جانب آن دیگری بوده‌اید و انبان هر دو چه تهی است! در این میانه، عشق چگونه توان تحقق یافتن دارد؟ حداکثر کاری که می‌توان انجام داد دل‌گیر شدن است و غم به دل راه دادن. پیش از آن نیز در تنهایی خویش بینوا و سیه‌روز بودید و اینک در کنار هم چنین حسی را تجربه می‌کنید، و به یاد داشته باشید هر آن‌گاه که دو انسان در کنار هم به احساس مشترک سیاه‌بختی و تیره‌روزی می‌رسند بر آن حس فقط اندکی افزوده نمی‌شود که بس شمار خواهد گشت. در تنهاییِ خود مأیوس و رنجیده خاطری و اینک دست در دست هم یأس و رنجیدگی خاطر در دل‌تان لانه کرده و قیدی گران بر پایتان نهاده است. و این با هم بودن‌تان تنها یک حُسن دارد و آن این‌که می‌توانی بار مسؤولیت احساس خود را به دیگری نسبت دهی که او تو را بدین ورطه کشانده و سیه‌روزی‌ات همه از آن اوست. می‌توان خود را دلداری داد که مرا گناهی نیست و خطاهای دیگری از حد فزون است. با این زن تندخو و عیب‌جو و خرده‌گیر چه باید کرد و آدمی به راستی که با چنین

شوی زشت‌روی و لَئیم خسیس باید هم سیه‌بخت و تیره‌روز باشد. اکنون می‌توان مسؤولیت را بر دیگری بار کرد و تو راه گریزی یافته‌ای. اما سیه‌روزی و ادبار، فزون از شمار باقی می‌ماند.

اکنون این احوال چون معمایی جلوه می‌کند. آنان که عاشق می‌شوند و به پای عشق می‌افتند، عشقی در وجودشان نیست و بدین خاطر است که عاشق می‌شوند و از آن روی که عشقی ندارند، آنان را توان دادن عشق به کس نیست. باید بر این سخن اندکی افزود که انسان کمال نایافته همواره کمال نایافتهِٔ دیگری را عاشق می‌شود زیرا فقط آن دو قادر به درک زبان یک‌دیگرند. کمال‌یافته‌گان بر هم عاشق‌اند و کمال‌نایافته بر کمال‌نایافته دیگر عاشق است.

می‌توان زن یا شوی خویش را بارها رها کرد و در پی ایده‌آلی دیگر برآمد اما همان‌گونه مرد یا زنی را خواهی یافت که پیش از این در بَرَت داشته‌ای و همان سیه‌روزی به شکلی دیگر واگویه می‌شود و همان تیره‌بختی را به تکرار خواهی نشست. می‌توانی همسری دیگر اختیار کنی اما تو خودت دیگرگونه نگشته‌ای و حال نیک بنگر چه کس در پی برگزیدن همسری دیگر است و این تو هستی که بر خواهی گزید و آن گزینش از میانهٔ بلوغ‌نایافتگی‌ات بر خواهد آمد و دیگرباره همان قسم همسر را اختیار خواهی کرد. مهم‌ترین معضلی که بر سر راه این عشق قرار یافته آن است که باید در گام نخست، کمال یافته شد پس آن‌گاه می‌توان شریکی به کمال رسیده را جستجوگر بود و زان پس دیگر آن ناپخته و کمال‌نایافته را مجذوب خویش نمی‌کنی، چنان‌که کسی در میانهٔ جوانی بر طفلی خردسال عاشق نمی‌شود. و بدین‌سان آن دمی که روح و روانت صیقل یافته و بر بلندای کمال جای یافته‌ای بر عشق کودکانه دل نمی‌بازی؛ چنین خواهد شد و نمی‌تواند که چنین رود و آن را خالی از معنا خواهی دید. در واقعِ امر، کمال‌یافته‌گان بر پای عشق نمی‌افتند بلکه از عشق، جان می‌گیرند و برمی‌خیزند و طلوعی دوباره می‌کنند. واژهٔ به پا افتادن روا نیست و تنها آنان که روانی کودکانه دارند به پای می‌افتند، می‌لغزند و در عشق سقوط می‌کنند. همواره آماده‌اند تا خود را بر زمین افکنده سینه‌مال به پیش روند. آن انسجام درونی را فاقدند که بر پای خویش استوار ایستند. انسان کمال یافته چندان یکپارچه است که تنها بودن را فیضی عظیم می‌یابد و آن هنگام که عشقی نثار می‌کند به هیچ شائبه‌ای آلوده نیست و آن دم که عشقی را نثار می‌کند سپاست می‌گوید که عشقش را پذیرا بوده‌ای و تو را

رَهینِ عشقِ خود نمی‌داند؛ هرگز چنین انتظاری ندارد. خرسند است که عشق او را پذیرفته‌ای و آن دم که دو کمال یافته بر هم عاشق می‌شوند یکی از عظیم‌ترین تناقضات زندگی جلوه کرده روی می‌دهد. و چه پدیده‌ای زیباتر از آن می‌توان سراغ گرفت؟ آن دو باهم‌اند لیک غایت تنها بودن را تجربه می‌کنند. چندان در هم آمیخته‌اند که گویی یگانه‌ای را مانند‌ه‌اند لیک آن یگانگی، ویران‌گر فردی‌شان نیست بلکه بر آن افزوده اعتلایش می‌دهد. دو انسان بلوغ یافته برای رهایی فزون‌تر دست یاری به هم می‌دهند. هیچ تدبیر زشت و سیاستی در کارشان نیست و هیچ تلاشی برای غالب آمدن در وجودشان یافت نمی‌شود. چگونه می‌توان بر کسی که عاشقی غالب آیی و دلبری را به زیر مهمیز کشی؟ چیرگی یافتن آغاز نفرت و خشم و دشمنی است. چگونه می‌توان حتی پندار غلبه آمدن بر دلبری را به سر راه داد؟ در آن هنگام همهٔ هستِ تو خواستار به نظاره نشستن رهایی و ناوابستگی کامل او خواهد بود. آن دو چندان باهم‌اند که گویی «یکی» را مانند‌ه‌اند و در آن یکتایی، فردی‌شان برجاست و زدوده نمی‌شود و هر یک در پی رهایی بخشیدن به دیگری است. تا آن‌جا که پای رهایی در میان است آن دیگری بارورت می‌کند و غنایت می‌بخشد. کمال‌نایافتگانِ عاشق، ویرانه کردن رهایی هریک را آرزومندند و او را در غُل و زنجیر می کند و بندی به گردنش استوار کرده به گِرد او مَحبسی فراز می‌کند. کمال‌یافتگانِ عاشق، برای آزادی آن دیگری دستِ همّت پیش آورده و هر مانعی را از پیس پا برمی‌دارد و نابود می‌کند و چه فرخنده لحظه‌ای است آن دم که عشق با رهایی همدم و همراه شود. به یاد بسپارید که رهایی، عشقی بس گران‌پایه و پربهاتر است و از این روست که در هندوستان آن حقیقت غایی را «موکشا» یا همان رهایی نام نهاده‌اند. رهایی، عشقی است بس گران‌قدر. پس اگر عشقی یافت شد که در پی نابودی رهایی برآمده باشد فاقد ارزش است. عشق را می‌توان رها کرد و رهایی را باید پسادست نهاد و نگاه داشت و بی‌رهایی هرگز طعم شادمانگی را نخواهد چشید و امکانی برای شاد بودن متصور نتوان بود. رها بودن در بطن آرزوهای اصیل هر انسانی جای دارد؛ رهایی مطلق. پس هر آن‌چه که مایه تباهی و ویرانی آن شود منفور است و بیزاری‌ات را برمی‌انگیزد. آیا از مرد یا زنی که بر او عاشقی بیزاری نمی‌جویی؟ به تحقیق که چنین است و شرّی است لازم. بایدت که تاب آوری. از آن روی که تحمل تنها

بودن نداری اوضاع را چندان سامان می‌دهی تا با کسی به سر بری و باید که با خواسته‌هایش سازگار شوی و بر خود هموار کنی و شکیبایی به خرج دهی.

عشق برای آن‌که عشقی راستین گردد باید عشق ناب شود؛ عشقی که بتوان هدیه‌اش کرد. عشق ناب، حالتی از عشق است. آن دم که به «کُلّ» وارد می‌شوی و «کیستی» خود را در می‌یابی پس آن‌گاه عشقی در هستی‌ات سر برمی‌کشد و عطر دل‌آویزش همه را پر می‌کند و زان پس می‌توان عشق را به دیگری نثار کرد. چگونه می‌توانی چیزی را که اکنون فاقدی به کسی هدیه کنی؟ برای بخشیدنش بایدت تا سرشار از آن باشی. پرسیده‌ای «عشقی که در وجودم شعله می‌کشد با هزاران بند با دنیای بیرون درهم تافته و وابستهٔ آن است.» آگاه باش که آن عشق نیست و اگر سخت مایلی تا چون سی. اس.لوئیس و آبراهام مزلو با واژه‌ها بازی کنی می‌توانی آن را عشق از سر نیاز و عشق به خاطر کمبود و نقصان نام نهی. به این مانند است که مرض را مرضی سلامتی‌بخش بنامی که سخت بی‌معنی است و تناقضی است در کلمات؛ اما اگر سخت وابستهٔ واژهٔ عشقی، ایرادی بر آن نیست و می‌توان عشق از سر کمبود یا عشق برآمده از نیاز نامش نهاد. «در همان حال معنای سخن‌تان را به خوبی درمی‌یابیم که گفته‌اید باید به تمامی در درون خویش مستقر بود.» هرگز، هنوز نمی‌توانی آن را دریابی. صدایم را می‌شنوی و آن را از روی عقل درک می‌کنی اما هنوز قادر به درک آن نیستی. در واقعِ امر، من به زبانی دیگر سخن می‌گویم و تو به زبانی دیگر ادراکش می‌کنی. من از سیاره‌ای فریاد می‌کشم و تو از سیاره‌ای دیگر سخنم را گوش فرا می‌دهی. آری، همان واژه‌های تو را به کار می‌بندم اما چون تو نیستم و چگونه می‌توانم آن واژه‌ها را همان معنایی دهم که تو می‌دهی. از روی عقل سخنم را فهم می‌کنی و آن فهم، سوء تعبیری است. هر درک و دریافتی که به راه عقل باشد را تعبیری غلط در کنار است و به کُنه سخن پی برده نمی‌شود. من چیزی می‌گویم و تو چیزی دیگر برداشت می‌کنی که امری است طبیعی و آن را نکوهش نمی‌کنم و اعتراضی بدان ندارم بلکه تو را به وجودش آگاهی می‌دهم.

اجازه دهید لطیفه‌ای برای‌تان نقل کنم: «سه پسر بودند، یکی «ادب» نام داشت و دیگری «دردسر» و آن سومی را «به تو مربوط نیست» نام نهاده بودند. پدر، فیلسوف بود و آن سه را نامی پر معنا بود ـ در این

روزگار دیگر نمی‌توان آدمیان را نامی شایستهٔ ایشان داد. روزی «دردسر» گم می‌شود و «ادب» و «به تو مربوط نیست» راه اداره پلیس را در پیش می‌گیرند. «به تو مربوط نیست»، «ادب» را می‌گوید:

ـ حال تو این‌جا بیرون در بایست.

و خود داخل می‌شود و به پاسبانی که پشت میز نشسته می‌گوید:

ـ برادر من گم شده.

پاسبان می‌پرسد:

ـ نامت چیست؟

جواب می‌شنود:

ـ به تو مربوط نیست.

پاسبان برافروخته می‌پرسد:

ـ ادبت کجاست؟

ـ بیرون در ایستاده.

و پاسبان خشماگین سؤال می‌کند:

ـ دنبال دردسر می‌گردی؟

ـ آری، او را دیده‌ای؟

و این جدال پیوسته ادامه دارد. بر این باورم که تا به تمامی، درون خویش نکاویده باشی و به درونش ورود نکرده‌ای، عشقی جاری نمی‌شود. تردید ندارم که این واژه‌ها را در می‌یابی لیک معنایی که خود خواسته‌ای بدان می‌بخشی. طرحی نو در سر ندارم و به دنبال تفلسف نیستم بلکه تنها اشاره‌ام به حقیقتی عریان از زندگی است. سخنم همه آن است که چگونه می‌توان چیزی را داد که اکنون از آن هیچ نداریم و چگونه می‌توان سرریز شد آن‌گاه که خالی دستیم و تهی از آن؟ تنها آن زمان که فزون از نیاز خویش داشته باشی قادر به بخشیدنی و این، عشقی است که هدیه می‌شود. چه سان می‌توان کسی را تحفه‌ای بخشید آن دم که خود را عاری از آن می‌یابی؟ تو این سخن را گوش سپرده‌ای و فهمش می‌کنی اما مشکل تو از همان‌جا سر

بر می‌آورد، زیرا فهم تو به راه عقل است و اگر حجاب عقل را از دست آن حقیقت دور می‌کردی تو را این پرسش نبود و همهٔ رابطه‌های درهم تافته و وابستگی‌هایت را یکسره فراموش می‌کردی و عشقت از درون به راستی در جوشش بود. اگر هستهٔ درونت را هوشیارتر کنی و خواب از سرش برکَنی نرم نرمک به حسی خواهی رسید که گویی در حال پای نهادن به تمامیتی و در کنار آن، عشق شکوفا می‌شود. عشق، فرآورده‌ای جانبی است و برخاسته از هستِ مطلق و یک‌پارچه بودن که اگر در آن حال مستغرق بودی این‌گونه به پرسش نمی‌آمدی؛ اما حال پُرسانی و آن حقیقت در نیافته‌ای. آن حقیقت را چون نطقی آتشین گوش داده و فهمش کرده‌ای اما منطق را دریافته‌ای و درکِ منطق کفایت نمی‌کند، باید تجربه‌اش کنی. «عشقی که در وجودم شعله می‌کشد با هزاران بند با دنیای بیرون درهم تافته و وابسته آن است و در همان حال معنای سخن‌تان را به خوبی می‌یابم که گفته‌اید باید به تمامی در درون خویش مستقر بود؛ حال اگر کسی و چیزی قدردان آن عشق نباشد و طعمش را نچشد چه بر آن عشق خواهد رفت؟» نیاز نیست تا کسی آن عشق را قدر بداند و سپاسش گوید، به هیچ تصدیق و اعتراضی نیازی نیست، کسی را نباید تا طعمش بچشد.

اقرار و اعتراف دیگران همه از سر حادثه است و اتفاق و عشق را ضرورتی بدان نیست. عشق به راه خویش جاری است. کسی طعمش نمی‌چشد، به وجودش معترف نبوده و به خاطرش مسرور نیست. عشق به راه خویش جاری است و در آن جاری بودن احساس تبرّکی عظیم خواهی یافت و در فرح و شعفی بی‌انتها غوطه خواهی خورد. در آن جاری بودن، آن دم که انرژی درونت در سیلان است و تو همراه با عشق در خالیِ اتاقی نشسته‌ای و کسی در بَرَت نیست و دیوارهای اتاق سپاسَت نمی‌گویند و کسی عشقت را اذعان ندارد و آن را نمی‌چشد، ذره‌ای در رنج نیستی و اهمیتی ندارد. انرژی‌ات رها و جاری است و تو شادان بر جای خویشی. آن گل در شعف خواهد شد آن دم که عطر خود را به باد می‌سپارد. حال، باد آن را دریابد یا نیابد او را هیچ باکی نیست. پرسیده‌ای که: «تو بی‌مریدانت که هستی؟»

«من، همانم که هستم»، چه مریدی باشد یا نباشد. بود و نبودشان مرا کاری نیست. اتکایم به تو نیست. همه جد و جهدم در این‌جا آن است تا تو را نیز از وابستگی برهانم. در این‌جایم تا رهایی‌ات دهم. نمی‌خواهمت لنگان در پی‌ام روانه گردی و خواهان آنم تا خویشتنِ خویش را بیابی و روزی که چنین شود و از بند

وابستگی‌ات به من آزاد گردی به راستی می‌توانی بر من عاشق شوی و پیش از آن هرگز. من شمایان را عاشقم و چاره‌ای جز عشق ندارم. مسأله این نیست که آیا می‌توانم بر شما عاشق شوم یا نه. من بی‌هیچ چون و چرایی شما را عشق می‌ورزم. اگر این‌جا نبودید این سالنی که به یاد چونگ دزو (Chuang tzu) نامش نهاده‌ایم آکنده از عشق من بود؛ مرا هیچ توفیر ندارد. این درختان غرقهٔ عشق من به خود خواهند بود و این مرغکان خوش نوا عشق مرا به خود در خواهند یافت و حتی اگر همهٔ درختان و پرندگان هم ناپدید شوند نیز هیچ فرقی نخواهد کرد؛ آن عشق هم‌چنان جاری است. عشقی در میان است و عشق راهی جز به جریان افتادن نمی‌شناسد. عشق یعنی انرژی پویش‌مند و پرتکاپو. عشق را تاب تحملِ راکد ماندن و گندیدن نیست. اگر کسی هم سفره آن عشق گردد، مقدمش مبارک و اگر هم کسی بر سر سفره نبود باز باکی نیست و آن هم مبارک است. آیا آن‌چه خداوند به موسی (ع) گفت را به یاد داری؟ آنان نام خدایشان را پرسان خواهند بود. نامِ مبارکت چیست؟»

و خداوند پاسخش گفت: «من، همانم که هستم. حال نزد اُمتت برو و ایشان را بگو «**من آنم که هستم**». چنین گفت؛ پیامی است از جانب «من، همانم که هستم.» آن ذات مقدس به وصف نمی‌آید و تنها، وجودی است نامتناهی و پیمایش‌پذیر.

پرسیده‌اند: «هم اینک 20 سالی است که از ازدواج من گذشته است، چرا احساس راستین خود ره همسرم را در نمی‌یابم و گاه مرا چنان حالتی می‌رود که گویی او را هرگز به عمر خویش ندیده‌ام و دمی دیگر چنان است که در میانه خوش‌ترین ایامِ عمر به سر می‌برم، چندان حالتی است که گویا عقل خود را از کف داده‌ام و ذهنِ خود، فرو رفته در جنون می‌یابم.»

ذهن همواره به جنون می‌رود و راه و رسم ذهن چنین است. بی‌ثبات است و دائماً دیگرگونه می‌شود و آن را برای دو لحظه پیاپی هم یکسان نمی‌یابی؛ هر لحظه به رنگی است. آری، لحظه‌ای چنان است که گویی همسرت را هرگز به عمر خویش را ندیده‌ای هر چند 20 سالی سر بر یک بالین نهاده‌اید، و دمی دیگر با او در ماه عسلی تازه هستی. وجاهت و ظرافت و شور و شعفش را، نهانی‌ترین هستهٔ وجودی‌اش را دیده‌ای و سپس به ناگاه همه چیز از میان می‌رود و این چرخه متوالیاً در تکرار خواهد بود. ذهن سخت بی‌ثبات است و عیّاری

است دغل‌باز که به هر بهانه هر چیزی را از یاد می‌برد. یارای ایستادن در هیچ مکانی را ندارد و توان ایستادنش نیست. هماره در جریان دیگری است. با ذهن باشی و ذهن را همدم راستین خود بدانی چنان خواهد بود که لحظه‌ای شادی و لحظه دیگر غمی سُترگ سایهٔ خود را گسترده است. یک لحظه شادمانه به هر سو خرامانی و لحظهٔ بعد، افسرده و محزون زانوی غم به بغل گرفته‌ای و همواره گرفتار این احوالی. چرخ ذهن در گردشی مدام است و لحظه‌ای پرّه‌ای از آن در اوج است و دمی بعد، پرّه‌ای دیگر و گردش آن چرخ تمامی ندارد و به انتها نمی‌رسد. از همین روست که در مشرق زمین عالم را سنساره (Samsara) یا چرخ نام نهاده‌اند و آن چرخ را گردشی است مدام و حتی لحظه‌ای آن را پایدار و در سکون نمی‌یابی. هم‌چون فیلمی بر پرده تماشاخانه است. اگر فیلم دمی از حرکت باز بایستد می‌توانی پرده را ببینی اما فیلم هم‌چنان در حرکت است و چنان تند می‌گردد که تو را با خود همراه می‌کند و در آن غرق می‌شوی. توانِ دیدن پردهٔ را نداری و آن پرده همان حقیقت است و تصاویری که بر آن نقش می‌بندد رؤیایی بیش نیست. ذهن آن تصاویر را بر پرده افکنده است.

حکایت کرده‌اند که گذر توانگری به اداره پست می‌افتد و سال‌دیده زوجی را می‌بینند که پس پیشخوانی مقرّری ایّام پیری خود را می‌گیرند. آن لحظه او را خلقی خوش بود و با دیدن آن دو رقّت قلبی بر او حادث گشت و حس نوع‌دوستی و دستگیری بر جانش نشست و در این اندیشه شد تا هفته‌ای سراسر خوشی را برای‌شان مهیا کند تا زیبایی و شادی زندگی را دریابند. پس به نزدشان رفت و گفت که آیا مایل‌اند هفته‌ای را به نزد او بگذرانند و او آنان را ایامی خوش و شیرین خواهد داد. زوج پیر راضی شدند و سپس آن توانگر آنان را به قصر خویش برد و آن دو به راستی هفت روزی را در تعطیلاتی شادمانه و سرخوش گذراندند و چیزهایی تجربه کردند که حتی به خواب نمی‌دیدند. در پایان هفته مرد توانگر به درون کتابخانه، جایی که پیرمرد با شربتی خنک در دست و سیگاری به لب در عیش بود، گام نهاد و او را پرسید: «آیا این هفت روز به شما خوش گذشته است؟» پیرمرد پاسخش گفت: «یقیناً چنین است، اما سؤالی ذهنم را به خود مشغول داشته، می‌توانم بپرسم؟» مرد دولتمند جواب داد: «در پرسیدنش تردید مکن.» و پرسش پیرمرد این بود که: «آن پیرزنی که در همه این هفت روز در کنار من بود کیست؟»

و این حال و روز مردمانی است که عمری را با همسری سر کرده‌اند. 20 سالی را سر به یک بالین نهاده‌اید و لحظه‌هایی خواهد بود که احساس را کراراً تجربه می‌کنی که او را به تمامی شناخته‌ای و ناگاه دیواری به درازی دیوار چین سدّ راهت است و همه‌چیز را تیره و تار و غبار گرفته می‌بینی و توان دیدن از او سلب می‌شود و در حیرتی که این بیگانه این‌جا چه می‌کند.

همهٔ دانستگی‌های ما چنین سطحی است و تهی‌مایه و یک‌دیگر را چون بیگانه‌گانیم. حتی می‌توان 20 سالی هم در کنار زنی به سر برد اما آن دوران هم در خال تو بی‌تأثیر است و هنوز بیگانه‌ایم. علتش آن است که تو خود حتی خویشتن را نشناخته‌ای پس چگونه می‌توان دیگری را شناخت؟ امری محال است و تو دل به محالات خوش کرده‌ای. حتی خودت را هم نمی‌شناسی. زندگی‌های بی‌شماری بر تو رفته است و در این ایام دراز به درک خویش نائل گشته‌ای، اینک چگونه منتظری تا در 20 سالی که از باهم بودن‌تان گذشته، زنی را که بسی از تو دور است شناخته باشی؟ تو را توان وارد شدن به رؤیاهایش نیست، نمی‌توانی به افکارش درون شوی پس چگونه می‌خواهی وجودش را شناخته باشی؟ حتی ناتوان از درک رؤیاهایش هستی. سر بر یک بالین دارید لیک او در رؤیاهای خویش است و تو رؤیای خود می‌بینی. تفاوت ذهنّیت‌هایتان از زمین تا آسمان است.

زنان و مردان همواره ذهنیتی دیگر از همسران‌شان به سر دارند و امری اتفاقی نیست که آنان پیوسته در کارند تا زن یا شوی خود را بنا به آن ایده‌آلی که در سر دارند دگرگون سازند و تو نمی‌توانی همسر خویش را چنان که هست پذیرا باشی، می‌توانی؟ اصلاحات بسیاری باید در او انجام گیرد، تغییراتی فراوان. و اگر ممکن بود که روز خداوند، انسان را این اختیار می‌داد تا همه مردان همسران خود را چنان که می‌طلبند دگرگون کنند و زنان نیز شوهران‌شان را به خواست اراده خود دگرسان سازند، رشته امور جهان یکسره گسسته می‌گشت. اگر زنان این اختیار را می‌داشتند تا شوهران‌شان را چنان که می‌خواهند تغییر دهند، زان پس حتی یک مرد را هم نمی‌یافتی که بتوان او را دیگرباره باز شناخت و اگر مردان مجاز بودند تا زنان خود را دگرگون کنند حتی یک زن هم آن سان که هست بر جای نمی‌ماند و آیا می‌پنداری که پس از آن شادمانگی برقرار می‌شد؟ چنین نخواهد بود، زیرا آن زنی که تو به پندارت دیگرگونه‌اش کرده‌ای دیگر خوشایندت

نیست و جاذبه‌ای ندارد و معمایی در وجودش جلوه‌گر نیست. به بیهودگی‌های ذهن بنگر و آرزومندی‌هایش را نظاره کن. اگر می‌توانستی شوی خود را تغییر دهی و به راستی چندان قدرت می‌داشتی که او را تماماً دگرگون کنی، آیا بر آن مرد عاشق می‌شدی؟ او چیزی خواهد بود که تو خود اجزایش را به هم آورده‌ای و دیگر معما و اسراری با خود ندارد و روحی در وجودش نخواهد بود و انسجامی از آنِ خویش ندارد و فی‌الواقع هیچ ندارد تا درونش را به تفحص برخیزی و کاوش کنی. دل‌سرد خواهی شد و دل‌زده‌ات خواهد کرد که جز آدمکی خانگی و دست‌ساز هیچ نیست. دیگر چه میل و جاذبه‌ای بر جای مانده است؟ دلبستگی و علاقه تنها هنگامی پدید می‌آید که چیزی ناشناخته، میل جستجو را در تو برانگیزد، چالشی برای کشف اسرار.

مطلب نخست آن‌که تو هنوز خود را نشناخته‌ای پس چگونه می‌توانی همسرت را بشناسی؟ ممکن نیست. از شناختِ خود آغاز کن و آن روزی که خود را شناختی نه فقط همسرت را که همه هستی را شناخته‌ای. نه فقط انسان‌ها که هر چه درخت و پرنده و چرنده و صخره و رود و کوه است را خواهی شناخت زیرا همه در تو جمع‌اند و تو خود، مدلی کوچک از همه عالمی. و تجربه زیبا و اعجاب‌انگیز دیگر آن است که آن دم که خود را شناختی، دیگر پایانی بر اسرار نمی‌یابی. در واقع، برای نخستین بار آن اسرار را بی‌کرانگی در برمی‌گیرد. بر اسرار واقفی و با این حال می‌دانی که کران در کران، اسرار بی‌شمار در انتظار از پرده برون افتادنند. اسرار می‌دانی و دانستگی‌ات چندان است که بدانی معرفتی که گرد آورده‌ای خُرد است و ناچیز. می‌دانی و مرزهای ندانستگی‌ات بسی دورتر می‌روند و تو اینک پای خویش در اقیانوس معرفت تر کرده‌ای و هرگز به کرانه دیگر نخواهی رسید. در آن لحظه، همه هستی به معمایی بدل خواهد شد و زن و فرزند و دوستانت نیز بخشی از آن جادویِ شاعرانه حیات‌اند و آن معرفت، شاعرانگی و اعجاز و اسرار را فزون خواهد کرد.

«هم اینک 20 سالی است که از ازدواج من گذشته است، چرا احساس راستین خود را به همسرم در نمی‌یابم؟» آیا تو خود را فهم می‌کنی؟ آیا کاری نکرده‌ای که بعدها به خاطرش افسوس خوری و پشیمان شوی و بگویی بر خلاف میلم آن کار کرده‌ام؟ آیا بر آن‌چه می‌کنی اشراف داری و از آن فهم می‌کنی؟ اگر کسی بر تو ضربه‌ای زند و خشمت را برانگیزد آیا با فهم کامل خشمگین می‌شوی یا غضب‌آلوده‌ای چون که

دیگری دکمه‌ات را فشرده است. معرفت و شناختِ ما نسبت به خویشتن بسیار سطحی است و هم‌چون کار راننده‌ای را شبیه است. راننده‌ای را در نظر آورید که بر خودرویی سوار است و آن را می‌راند. آری، چند کاری می‌داند. می‌تواند فرمان را به هر جهت که بخواهد بچرخاند و بر پدال‌های گاز و ترمز و کلاچ فشار آورد و دنده را عوض کند، همین. آیا می‌اندیشی که او همه‌چیز را درباره خودرو می‌داند. آن‌چه در زیر کاپوت اتومبیل پنهان است هرگز بر او آشکار نیست و بدان معرفت ندارد. اما واقعیت آن مرکوب در آن‌جاست، عمل حقیقی در آن است. آن‌چه حقیقتاً روی می‌دهد در زیر آن پوشش نهفته است و چیزهایی که آن مرد بر آن‌ها پای می‌فشرد و به حرکت در می‌آورد دکمه‌هایی بیش نیست. دیر یا زود آن دکمه‌ها نیز از خودروها برداشته می‌شوند که بس ابتدایی‌اند و نیازی بدان نیست و رایانه‌ای می‌تواند همه آن اعمال را به خوبی انجام دهد و نیازی هم به داشتن گواهی‌نامه نخواهد بود و هر کودکی خواهد توانست آن را براند و به حرکت درآورد. اما آیا واقعاً می‌دنی در درون آن چه روی می‌دهد؟ هنگامی که دکمه‌ای را می‌فشری و برق به جریان می‌افتد و چراغ را روشن می‌کند، آیا برق را فهم می‌کنی؟ فقط می‌دانی که چگونه باید دکمه را فشار دهی، آن‌چه می‌دانی همین است.

داستانی حکایت کرده‌اند از روزی که بری اولین بار برق را به شهر وین آوردند. یکی از دوستانِ زیگموند فروید به دیدار وی آمد و آن دوست هرگز برقی ندیده بود. شب هنگام فروید او را در اتاق تنها گذاشت تا خستگی از تن به در کند و آن مرد را تشویشی گران در برگرفت زیرا راهی برای خاموش کردن چراغ نمی‌یافت. تاکنون برق را ندیده بود، پس سخت به تکاپو افتاد. روی تخت ایستاد و کوشید تا با دمیدن نفسش آن را خاموش کند اما دَمش به هیچ روی بر چراغ کارگر نبود. از بازگشتن به نزد فروید و پرسش از او می‌هراسید چرا که آن را کاری بس ابلهانه می‌دید. این مردمان درباره او چه فکر می‌کردند؛ که حتی نمی‌تواند بر چراغی بدمد؟ حتی این اندازه هم نمی‌داند؟ و چه نادان جلوه می‌کرد و آن مرد از دهی کوچک آمده بود و اهالی ده ریشخندش می‌کردند. پس رفتن و پرسیدن کاری پسندیده نبود. پس با حوله‌ای چراغ را پوشاند و به بستر رفت اما خواب از چشمانش رمیده بود و مکرر در مکرر درباره آن اندیشه می‌کرد. باید حتماً راهی باشد. از جا برخاست و بر تلاشش افزود اما همه بیهوده و خوابیدن بر او سخت گشته بود و بیش‌تر از

چراغ این فکر مدام ذهنش را می‌گزید که من حتی این چیز کوچک را هم نمی‌دانم. صبح روز بعد هنگامی که فروید از او پرسید آیا شب گذشته را خوب خوابیده است، جواب داد: همه‌چیز بسیار عالی بود اِلّا یک چیز که باید بپرسم: «آن چراغ را چگونه باید خاموش کرد؟» و فروید پاسخش داد: «ظاهراً از برق هیچ نمی‌دانی، این‌جا را نگاه کن. روی دیوار کلیدی است و اگر آن را فشار دهی چراغ خاموش می‌شود.» مرد روستایی گفت: «چه ساده، اکنون می‌دانم که برق چیست.» اما آیا به راستی می‌دانی که برق چیست؟ آیا از عشق هیچ می‌دانی؟ می‌دانی شادی و شعف کدام است؟ اندوه را می‌شناسی؟ نزد تو هیچ چیزی آکشار نیست؛ خود را نمی‌شناسی و ذهنت را فهم نمی‌کنی و از وجود درونی خویش بی‌خبری و از چگونه واقع شدن زندگی بی‌اطلاعی. این خشم از کجاست؟ آن شادی از کجا سر برآورده است؟ از کدامین سو لحظه‌ای آن‌چنان در سروری و لحظه بعد آماده قتل نفس خویشی.

«چرا نمی‌توانم آن احساس را دریابم؟» بسیار طبیعی است که نتوانی آن حس را دریابی. چگونه می‌توانی همسرت را فهم کنی حال آن‌که حتی ذهن خود را نیز فهم نکرده‌ای؟ آن روز که ذهن بو خویشتنِ خویش را به تمامی فهم کردی همه اذهان و هست همگان را خواهی فهمید. زیرا قانونی که بنیان همه بر آن است یکی است. اگر قطره‌ای از آب دریا را فهم کردی، همه دریاهای گذشته و حال و آینده را فهم کرده‌ای زیرا بنیان همه بر H_2O قرار یافته است.

هر زمان و مکانی که آبی باشد بی‌تردید H_2O خواهد بود. پس آن‌گاه که به درک خشم و غضب خود نائل شدی، خشم همه مردمان گذشته و حال و آینده را فهمیده‌ای. خواهش من از شما این است که در پی فهم و درک دیگری برنیایید که راه و رسمش این نیست. بکوشید تا خویشتن را فهم کنید و آن را بشناسید و راهش همین است چرا که تو همان عالمِ اصغری و در درونت نقشه همه هستی نهاده شده.

پرسیده‌اند که: «آیا مهرورزی عملی بَهیمانه نیست؟»

چنین است، لیک آدمی نیز به قدر هر جانور دیگری، حیوان است. اما منظور نظرم از حیوان نامیدن آدمی نیست که مرتبه‌اش در عالم حیوانی به انتها رسیده و در آن ختم است. می‌تواند از حیوانیت فراتر رود و قادر است تا از هر حیوانی نیز پست‌تر شود. شکوه و فرّ آدمی در همین معناست، در رهایی او، در به رنج افتادنش،

در سرمستی‌هایش و در به ورطه افتادن‌هایش. آدمی را این توان داده‌اند تا فراتر از حیوانات و آن سوی فرشتگان گام بردارد.

آری، او را این توان بالقوه بی‌انتها بخشیده‌اند. سگ همیشه سگ است و هماره در عالم سگانه خواهد بود! سگ به دنیا آمده است و سگ از دنیا می‌رود. اما انسان می‌تواند بودایی روشنی یافته گردد و همان انسان قادر است تا به قالب آدولف هیتلر نیز درآید. از هر دو سو، او را آزاد نهاده‌اند. آیا می‌توان جانوری خطرناک‌تر از انسان یافت؟ این صحنه را اندیشه کنید که 50/000 میمون در میدان‌گاهی جمع آمده و کودکان کوچک را با آتش می‌افکنند. آنان را چه خواهید پنداشت؟ هزاران کودک به آتشی مهیب انداخته می‌شوند و 50/000 میمون، سرخوشانه نعره مستانه سر می‌دهند و پای‌کوبان و رقصان کودکان خویش در آتش می‌کنند. آیا نخواهی پنداشت که بر جمله آن میمون‌ها جنون رفته است؟ در قوم کارتاژ چنین شد. 50/000 انسان، 300 کودک را به آتش سوزاندند و قربانی خدایانشان کردند. اما افسانه کارتاژها را فراموش کنید که داستانی است از گذشته‌ای دور. هیتلر را به یاد آورید که در این قرن چه کرد، قرنی که پیشرفت‌ها کرده بود و هیتلر چندان نیرو و توان داشت تا بسی فزون‌تر از آن‌چه کارتاژها کردند انجام دهد و دست به کشتار میلیون میلیون آدم زد. هزاران نفر را در اتاقکی می‌انباشت و گاز بر روی‌شان می‌گشود و جان‌شان را می‌ستاند و صدها نفر بیرون از اتاق، مرگ آنان را از میان پنجره‌ها نظاره می‌کردند. درباره این قسم از آدمیان چه اندیشه می‌کنید؟ جمعی در آن سو با گاز خفه می‌شوند و می‌سوزند و جمعی در این سو نظاره‌اند. می‌توانی حتی این پندار را ره خود راه دهی که حیوانی چنین کند؟ در خلال 3000 سالی که گذشت آدمی به هزاران جنگ و پیکار رفته و کشتار کرده و خون‌ها بر زمین ریخته و نفوس بسیار به قتل رسانده است و حال، تو مهرورزی را بهیمانه می‌دانی؟ حیوانات هرگز کاری دَدگونه‌تر از انسان نکرده‌اند و انسان را چون جانوری در اندیشه‌ای؟ آری، انسان حیوان است لیک باید آگاه بود که می‌توان از عالم حیوان نیز فراتر شد و از خدایان هم گذر کرد.

آورده‌اند که روزی مردی به هتلی روستایی در ایرلند نامه نوشت و از آنان پرسید که آیا سگش می‌تواند در هتل اقامت کند. چندی بعد کاغذی به این مضمون به دستش رسید: «آقای عزیز، در این 30 سالی که من

هتل‌داری کرده‌ام تاکنون هرگز نشده است که اول صبح، پلیس را خبر کنم تا سگ بی‌انظباطی را از هتل بیرون بیندازد و تا به حال هیچ سگی چک بی‌محل به من نداده است و هرگز تاکنون سگی ملحفه‌های هتل را آتش نزده و حوله‌های هتل را آتش نزده و حوله‌های هتل را در چمدان سگی نیافته‌ام. مقدم سگ‌تان را خوشامد می‌گوییم و خواهشمندم اگر ایشان می‌توانند از شما مراقبت کنند همراه‌شان بیایید.»

حیوانات آن‌گونه که هستند بسی زیبا و معصومانه به کردار خویشند و آدمی بسی محیل است و نیرنگ‌باز و زشت‌کار که می‌تواند از عالم حیوانی به حضیض درآید زیرا او را این توان داده‌اند تا فراتر از آدم و آدمیان به افلاک رود. پس اولین سخن من آن است که مهرورزی را بَهیمانه ندانی زیرا می‌تواند بَهیمانه هم باشد، چنین ممکن است اما ضرورتی بر آن نیست و قادر است فراتر از آن را نشانه رود و به عشق و نیایش بدل شود. به کردار و اندیشه تو وابسته است. فی‌نفسه توانی است بالقوه و تو می‌توانی به هر روی که خواسته باشی با آن به کردار درآیی. همه پیام تانترا همین است که مهرورزی می‌تواند راهی باشد گشوده به سامادهی، و به راه آن می‌توان به وجد و سرمستی غایی گام نهاد و پلی را میان تو و ابدیت مانند است.

سرگشتگی

«سخت پریشان و آشفته‌ام. هیچ پنداری از نیک و بد در من نیست. نه سرافرازم، نه شرمنده لیک آمیزه‌ای از هر دو حالم. هر آن‌چه تاکنون فرا چنگ آورده‌ام چنان است که گویی دوشادوش ناکامی‌هایم در تیرگی فرو شده. حال خود را چون ابری رقیق و ناپایدار می‌بینم اما از میانه آن ابر، اندوهی سترگ چون ستیغ خاره‌ای بُرّان که لفافی مخملی آن را پوشانده سر برمی‌آورد. باگوان، پایانی بر حالِ خود نمی‌یابم یا به راستی هیچ پایانی بر آن نیست؟ آیا به دوش کشیدن بار ناپاکی‌ها سرمستی است؟ باگوان ارجمند، مرا خلعت سانیاس بپوشان.»

دل‌پریشی و سرگشتگی،مجالی است بس گرانسنگ. آنان که سرگشته و آشفته‌دل نیستند و این حال در خود نمی‌یابند دشواری‌های بسیار در پیش خواهند داشت. این پندار در سر دادند که دانایند و از همه‌چیز آگاه، حال آن‌که هیچ نمی‌دانند. آنان که باور دارند روشنی در نزدشان است به راستی در رنجی صد چندان پای در زنجیر دارند و سدّ و بندی گران در راه‌شان است. دانایی و روشنی‌شان تهی‌مایه است و بی‌مقدار. در واقع امر از روشنی بهره‌ای ندارند. آن‌چه روشنی می‌نامند جز نادانی و سفاهت هیچ نیست. نرد انسان سبک مغز و بی‌خرد همه‌چیز بس عیان است و بی‌شبهه؛ آشکار و بی‌گمان در این معنا که او را از فهم و عقل و فراست بهره‌ای نیست، که احوال سرگشتگی و دل‌آشفتگی را دریابد. غوطه خوردن در احساس سرگشتگی محتاج کیاستی است بس عظیم و تنها آنان که از هوش بهره دارند در درک این حال سهیم‌اند. حال آن‌که آدم‌های میان‌مایه و معمولی تبسم بر لب دارند و خنده زنان بر ثروت و مکنت خود می‌افزایند و در تقلا و کشاکش قدرت و شهرتی فزون‌تر به گذران عمر مشغول‌اند. اگر آن‌ها را بنگرید شاید قدری غبطه خورید که چه اندازه به خود مطمئن هستند و چه‌سان سرمست و شاد. بسا کامیابی‌شان را در نظر آورید و ثروتی که هردم انباشته می‌کنند و قدرتی که دم‌به‌دم فزون‌تر می‌شود و آوازه‌شان که آفاق را درمی‌نوردند و آن‌گاه لختی حس

رشک در دل‌تان جوانه زند که چرا چنین سرگشته‌اید و پریشان احوال و آنان چه‌سان بی‌گمان در زندگی خویش‌اند. هدفی دارند و مسیری و راه وصول آن را نیک می‌دانند و تمشیت امور می‌کنند و زندگی را سهل می‌گذرانند و هم‌اکنون شاهد مقصود را در آغوش دارند. سبکبال پای بر نردبان دارند و فارغ از هر چیز آن را درمی‌نوردند و تو در جای خویش کماکان سرگشته و حیران ایستاده و در سکونی که: «چه باید کرد و چه نباید؟ حق کدام است و باطل چیست؟» اما این دری است که هماره بر یک پاشنه چرخیده است.

میان‌مایگان آسوده خاطرند و در اوج اطمینان و بی‌شبهه و در این میانه تنها آنانی که هوشمندند گرفتار پریشان‌حالی و دل‌آشفتگی‌اند.

دل‌پریشی به راستی مجالی است پربها. قال و مقالی است که می‌گوید از میانه ذهنی کورسو راهی هم عیان نیست. اگر تو چنان که می‌گویی «بسی آشفته‌ام» به راستی دل‌پریشی و سرگشته‌ای، از موهبت و فیضی عظیم برخوردار گشته‌ای. هم‌اینک امکانی باور نکردنی و گوهری بس پربها در دامن داری و در آستانه بی‌کرانگی به تردید ایستاده‌ای. اگر به تمام معنا آشفته دل و سرگشته‌ای تو را مژده می‌دهم که ذهنت توانش از کف داده و رو به تحلیل است. اکنون دیگر ذهن قادر به فراهم آوردن هیچ قطعیت و امر مسلمی برای تو نیست. هردم که می‌گذرد به مرگ و زوال ذهن نزدیک‌تر می‌شوی و این بزرگ‌ترین حادثه‌ای است که می‌توان در حیات کسی سراغ گرفت. و چه کلان موهبتی! زیرا در آن دم که دریابی ذهنت پریشان است و به دشوار راه می‌توان از آن گذر کرد تا کی خواهی توانست بدان چنگ اندازی و دست آویزش کنی؟

دیر یا زود باید آن را به حال خود واگذاری. حتی اگر رهایش نکنی روزی خود ذهن تو را ترک خواهد گفت. آشفتگی‌ات چندان توان‌فرسا و گران وزن و از حد فزون خواهد شد که همان سنگینی سبب فرو چکیدنش از هست راستین‌ات خواهد بود. و آن دم که طومار ذهن درهم پیچیده شود آشفتگی و سرگشتگی پای پس می‌کشد و از میان برمی‌خیزد. نمی‌گویمت که به اطمینان خاطر می‌رسی چرا که آن هم واژه‌ای است که فقط در دنیای ذهن و ذهنیات مصداق دارد. آن‌گاه که آسیمگی و دل‌پریشی وجود دارد می‌توان از یقین و بی‌گمان شدن سخن گفت و آن دم که آشفتگی روح از میان می‌رود امور مسلم و قطعی نیز رنگ می‌بازد. تو فقط به جای خویشی و هست نیالوده خود را چنان که باید درمی‌یابی بی‌آن‌که پریشان‌دلی آشفته‌ات کند یا

در برکه ایقاق غوطه خوری. در آن لحظه موعود فقط روشنی و شفافیت است که دل‌خستگی‌ات را نوازش می‌دهد، شفافیتی به غایت دل‌آویز که فیض الوهی است. زیباترین لحظه در زندگی انسان که نه شکی می‌آزاردت و نه به یقینی در آسایشی. آیینه‌ای را مانندهای که آن‌چه را که هست باز می‌تاباند و در آن حال نه راهی به جایی یافته است و نه پنداری بر انجام کاری، بی‌هیچ فرجام و سرانجامی. حضورت را به تمامی در آن لحظه در خواهی یافت، حضوری در لحظه بی‌هیچ حد و مرزی. آن‌دم که ذهنی در کار نیست از هیچ آتیه‌ای نمی‌توان سراغ گرفت و برایش برنامه‌ای ترتیب داد. آن‌گاه که آن لحظه تمامیت هست تو خواهد بود. کل آفرینش در آن لحظه تلاقی می‌یابد و آن دقیقه. دقیقه‌ای است به غایت معنادار که ژرف است و بلندایش ناپیدا، راز آلوده است و سراسر شور و حدّت، آتشین‌گونه است و بی‌واسطه و سخت ملموس. بر تو هجوم می‌آورد و مسخّر می‌شوی و دیگر گونه‌ات می‌کند. اما من نمی‌توانم آن اطمینان خاطری را که در پی‌اش هستی برایت فراهم کنم. امن خاطر را سامانه‌های باور بنا می‌کنند. بی‌گمانی و قطعیت جز مرمت آشفته‌حالی هیچ نیست.

پریشان‌حالی و آن دیگری ندا در می‌دهد که «غم به دل راه مده» و چه با اقتدار هم می‌گوید. با دلیل و برهان مجابت می‌کند و بر آن است تا مرهمی بر دل ریشت بیابد و آن را با پوششی ظریف و زیبا مستور می‌کند و چه مطبوع حسی که بر جانت می‌نشیند. اما افسوس که چه زود می‌گذرد چرا که آشفتگی و پریشانی دل در تو عجین است و از آن آسوده نخواهی بود و از این‌روست که مردمان سخت در پی سامانه‌های باور و آموزه‌های فکری‌اند. به راستی از چه سبب عمر گران‌مایه را صرف سامانه‌ها و آموزه‌ها می‌کنند؟ دلیلی دارد بس عیان. جملگی سرگشته‌اند و حیران و محتاج و در انتظار کسی که بی‌گمانی را بر ایشان تحفه آورد. آن کس می‌تواند کارل مارکس باشد یا مائوتسه‌تونگ یا مانو. هر کس دیگری هم می‌تواند در این پایه جای گیرد و آن ارمغان به همراه آورد، و هر زمان که روزگار دهشت‌بار بحران از راه رسد هر انسان بی‌مایه و تهی مغزی که خیره‌سرانه فریاد می‌کشد و دلیل می‌آورد و می‌تواند بی‌گمانی را مدعی شود و بدان وانمود کند سرکرده و علم‌دارتان خواهد بود. از این‌روست که آدولف هیتلرها و ژوزف استالین‌ها و موسولینی‌ها چنان نفوذی یافتند و گران‌پایه گشتند. همواره این شگفتی بر جای بوده که چرا آدلف هیتلر

توانست بر نژاد هوشمندی چون ژرمن‌ها حکم راند و آنان را در سیطره خود اسیر کند؟ به راستی چرا؟ این حقیقت که مارتین هایدگر در مقام یکی از بزرگ خردورزان این عصر از حامیان آدولف هیتلر بود چون معما جلوه می‌کند. استادان بزرگ علم و فن از معظم‌ترین دانشگاه‌های آلمان به حمایت از هیتلر برخاستند. چرا؟ چگونه این امر امکان یافت؟ و حال آن‌که هیتلر آدمی بود بی‌مایه و تهی‌مغز و نافرهیخته که از ادب و فرهنگ بی‌بهره بود، اما چیزی در او بود که آن استادان و مردمان باهوش عاری از آن بودند و بدان نیازمند. آن‌چه او داشت بی‌گمانی مطلق بود. انسانی سبک مغز و کم‌خرد است لیک سخنش را بی‌هیچ اما و اگری فریاد می‌کند و چنان به گفتار می‌آید که گویی از همه‌چیز آگاه است. آدم ابله و دیوانه‌ای است اما جنونش تأثیری سترگ بر احوال آدمیان داشته و خط سیر تاریخ بشریت را دیگرگونه کرده است. جای تعجب نیست که از چه سبب ژرمن‌ها چنین شیفته او گشتند و به تحسینش برخاستند. آنان مردمانی هوشمند بودند، از هوشمندترین انسان‌های کره خاک و هوشمندی همواره پریشان‌دلی به همراه دارد. سرّ و راز توفیق هیتلر نیز در این بود. هوش و فراست، آشفتگی به بار می‌آورد و آشفتگی سبب ترس است و اضطراب. تو دیگر نمی‌دانی که به کدامین سوی باید قدم نهی و کدامین کار بایسته است که انجامش دهی و آن‌گاه در پی یافتن پیشوایی به هر سو دوان خواهی بود. در جستجوی کسی که راهبرت باشد چون شوریده سران به هرجا روانی، آن کس که بی‌هیچ چون و چرایی قاطعانه هر سخنی را مدعی باشد و آن را اثبات کند. آن‌دم که آدمی به پریشانی دل مبتلا شود چون نخجیر به دام ذهن‌های پست و بی‌مایه می‌افتد. آن ذهن پرشور صید ذهنی زشت‌خوی است از آن روی که ذهن کوته‌نظر از حال آشفتگی و سرگشتگی بی‌خبر است. انسان هوشمند در تردید است و به تأمل نشسته و در اندیشه‌ای ژرف در تب و تاب است، و آن ناهوشمند را هیچ تب و تابی نیست و درنگی نمی‌کند. آن‌جا که فرزانه‌ای به نجوا به گفتار درمی‌آید، ابلهان فریاد بی‌گمانی سر می‌دهند. لائوره را سخنی است که می‌گوید: «شاید شکاک‌ترین آدم روی زمین منم. جز من گویی همگان سخت بی‌گمانند.»

لائوره را از نعمت هوشمندی چندان بهره‌ای بود که نمی‌توانست از چیزی بی‌گمان شود.

اگر ذهن خود را رها کنی نمی‌توانم تو را وعده بی‌گمانی و قطعیت دهم. تنها به یک چیز بشارتت می‌دهم و آن این‌که به پاکی خواهی رسید و روشنی خواهی یافت و شفاف می‌شوی؛ قادر خواهی شد تا چیزها را چنان که هست ببینی و ادراک کنی. نه پریشان خواهی بود و نه بی‌گمان. بی‌گمانی و پریشانی دو روی یک سکه‌اند. اما تو در دقیقه‌ای دل‌نشین و بس زیبا غرقه خواهی بود و جهانی که در آنی نیز چنین خواهد بود.

هرگاه بحران هویت، جوامع انسانی را به خود مبتلا کند و ایام دیرین چنگ خود را اندکی بگشاید و آدمیان از قبضه آن رها کردند بحران هویتی بس عظیم روی خواهد نمود که ما کیستیم و از بهر چه کار گرد آمده‌ایم؟ و اگر در این میانه قربانی کسانی چون هیتلرها گردی این مجال به لعن و نفرین بدل خواهد شد، اما اگر بخت چندان یاری‌ات کند که در کنار بودایی منزل کنی این مصیبت می‌تواند به گشاده راهی به ناشناخته راهبرت شود. آنانی که هنوز در پندارهای دیرین خود ریشه دارند و بر این اندیشه‌اند که سره از ناسره می‌شناسند هرگز گذرشان به بودایی نخواهد افتاد و عمری را به جمود و دل‌مردگی و روزمرگی خواهند گذراند و چون پدرانشان در پی وظایفی خواهند بود که برایشان مقرر داشته‌اند. از پس راهی می‌روند که بارها پیموده شده و بی‌تردید اگر گام در راه هموارى نهی بی‌گمان خواهی شد که هزاران چون تو گام‌زنان آنان را کوبیده و برش رفته‌اند. اما آن‌گاه که بخت را داشتی که بودایی بیابی و در کنارش آرام گیری و حرکت به سوی ناشناخته را بیاغازی دیگر هیچ راه هموارى در پیش‌رو نخواهد بود و تو باید با همت خویش راه خود را هموار کرده بر آن گام نهی. آن طریق را هرگز از پیش آماده نکرده‌اند و این همان است که می‌خواهم هر آن‌کس را که در این جمع در طلب ناشناخته، بی‌گمانی خود را از دست بداده با آن آشنا کنم. تو بدین‌جا پای ننهاده‌ای که وابسته‌ام شوی و به دنبالم روان، بدین مکان نیامده‌ای که به سادگی پذیرایم گردی و باورم کنی. در این‌جایی تا آن‌چه می‌شنوی را به محک تجربه بیازمایی.

بایدت به خواست خویش و همت والای خود، بی‌کمک غیر، پای در راه نهی و من می‌توانم ترغیبت کنم تا حرکت خود را آغاز کنی و چندان توانایم تا شوق درون شدن به آن ناشناخته و زیر و زبر کردنش را در تو بیفروزم لیک هیچ سامانه باوری نخواهمت داد و هیچ بی‌گمانی و اطمینانی از سوی من برای هیچ‌کس مهیا نخواهد بود. تنها تو سفری قدسی فرا می‌خوانم، سفری مهیب و دهشت‌زا که در هر لحظه آن خطری در

کمین است و هزاران هزار دام در راه. به سفری می‌خوانمت که هر روز آن خطراتش نه کاستی بل فزونی گیرد، سفری که و را به تارک آگاهی انسان، به چهارمین پایه آگاهی خواهد برد که هرچه بر بلندایش فراتر روی و فزون‌تر اوج گیری بسی سهل‌تر از هر زمان دیگر به ورطه درخواهی غلتید. می‌توانم تو را به حادثه‌جویی عظیم و خطیری وعده‌ات دهم اما پیمانی در میان نخواهد بود که آن را به چنگ آوری چون نمی‌توان ناشناخته را به هیچ روی تعهد کرد و ضامن شد. اگر برای یافتن علاج و مرهمی برای آشفتگی و پریشان‌دلی‌ات نزدم آمده‌ای بایدت تا کوبه در خانه کسی دیگر را به صدا درآوری؛ من آن کس نیستم. اما اگر آمده‌ای تا دل‌پریشی و بی‌گمانی‌ات را هر دو یک‌جا وانهی و از ذهنی رها شوی که شک و یقین را در تار و پود جانت می‌گسترد، اگر به سویم آمده‌ای تا خطر کنی و پذیرنده چالشی در گستره اقیانوسی باشی که از پهنه‌اش طرحی به دستت نیست، خیزاب‌هایش توفنده است و از کرانه دیگر نشانی یافته نیست، بدان که من همانم که در پی‌اش روانه گشته‌ای. پس آن‌گاه چه فراخ امکانی در پیش داری و در این‌جا فقط از آن‌چه ممکن است و امکانی که هست سخن می‌گویم. از حتمیّت مطلق آن سخنی در میان نیست اما همواره در امکانی گشوده است.

شاید بتوانی از میانه‌اش گذر کنی و شاید در راه باز مانی؛ ضمانتی در کار نیست. چون کالایی نیست که بتوان ضامنش شد. قماری است سراسر مخاطره و اگر خود را آماده تن به خطر سپردن می‌یابی، پس مقدمت را پاس می‌داریم و می‌توانی بدین‌جا درون شوی. بیش از این صبر جایز نیست. زندگی‌های بس بی‌شماری را به انتظار سپری کرده‌ای. از من می‌خواهی که «باگوان ارجمند مرا خلعت سانیاس بپوشان.»

مسأله این نیست که من تو را این پایه بخشم، بل این تویی که باید شایسته دریافتش گردی. قلب خود را بگشا و آن‌گاه خواهی دید که همواره آن را می‌بخشم و تو باید آن را پذیرا باشی و مقدمش را خوشامد گویی. می‌گویی، «هیچ بپنداری از نیک و بد در من نیست.» چه نیکو سخنی و دل‌نشین احوالی؛ نیک و بد را هر دو میان آدمیان برساخته‌اند. اگر پندار نیک و بد در تو فرو مرده است به فضای غریب و زیبایی دخول کرده‌ای، پس اینک به بعدی دیگر درون شو، بعدی ورای ساخته‌های بشری، آن‌جا که فرقی چشم‌ها را آزرده نمی‌کند، مکانی که هیچ‌چیز نه نیک است و نه بد و هرچه می‌یابی همان است که هست؛ صحبتی از نیک و بد نیست.

چیزها هستند یا به عدم پیوسته‌اند. نیک و بد صرفاً گزینه‌هایی است که باید اختیارشان کرد. یا باید این را یا دیگری را برگزید و تو اینک مخیّری تا از میان‌شان یکی را برگزینی. و غریب احوالی است آن‌دم که آغاز به دیدن نیرنگ و فریب جمله نیک و بدها کنی و دریابی که آن‌چه را این دو نام نهاده‌اند جز محصولی برساخته از جامعه انسانی هیچ نیست که بی‌تردید در جای خود بسی نافع است. نمی‌گویم که بازار روی و چنان کنی که گویا نیک و بدی یافته نیست. نمی‌گویم که از میانه هر جاده‌ای راه خود را پی گیری. هماره به یاد داشته باش برای مردمانی که در میان‌شان هنوز نیک و بد سخت استوار بر جای خویش است. آن‌ها و رؤیاهای‌شان را پاس بدار و محترم شمار. برآشفتن رؤیای دیگری زیبنده تو نیست و نه تو را با آن کاری هست. برای آدمیان و حماقت‌ها و بازی‌هایشان ادب را به جای آر. اما همیشه به خاطر بیاور که چیزی نه نیک است و نه بد. هستی و هرچه در آن است به صرف وجودشان در کارند و تو را اجبار به گزینش چیزی نیست و همواره به یاد آور آن‌دم که چیزی برای برگزیدن نباشد وجودت یکپارچه و نامنقسم خواهد بود و آن‌گاه که دست انتخاب را گشوده کردی، همان که برگزیدی دو نیمه‌ات خواهد کرد و این شکاف دو سویه خواهد بود. از یک‌سو دنیای بیرون را از هم جدا می‌کند و از دیگر سو تو را از درون. اگر انتخاب کنی در واقع شکاف و جدایی را برگزیده‌ای، شوریدگی روانت را دست‌چین کرده‌ای. اگر گزینشی در کار نکنی، اگر دانسته باشی که چیزها نه نیک‌اند و نه بد، سلامت عقل خود را به کف آورده‌ای. برنگزیدن همانا بازیافتن فرزانگی و خرد گم شده در زمان است، زیرا حال که دنیای بیرون را خط فاصلی به دو بخش قسمت نکرده و دیگر مرزی میان اقلام آن قائل نیستی، در درون نیز یک‌پارچه‌ای و بی‌هیچ شقاقی. اینک آن‌چه در درون است و آن‌چه در بیرون دوشادوش در حرکتند و تو موجودی خواهی بود بسیط و بخش‌ناپذیر و منحصر به فرد و این همان روند فردیت است و دیگر نیک و بد در پس اعیان جهان هویدا نیست. آن‌گاه که این شناخت در عمق آگاهی‌ات جای می‌گیرد فی‌الحال به تمامیت خویش خواهی رسید. همه پاره‌ها و قسمت‌ها از میان رفته واحدی یگانه را بدل می‌شوند، و هست تو متبلور می‌شود و مرکزیت می‌یابی و این معنا از بزرگ‌ترین مددهایی است که خودآگاهی شرق به جهان هدیه کرده. آیین‌های غربی هنوز در پس پندارهای نیک و بد پرسه می‌زنند و بدین سبب است که مسیحیان را در درک و فهم اوپانیشادها و لائوزه و چوانگ‌دزو

دشواری‌هایی بسیار است. بسا اگر بگوییم این درک برای‌شان لامحال است راه اغراق نپیموده باشیم. زیرا ذهن ترسایان که به پندار نیک و بد خو کرده است اوپانیشاد را فهم نمی‌کند که از این پندار نشانی در آن نیست، زیرا گفتارهای شاعرانه‌اند، سرریزهایی وجدآمیز و خلسه‌گون‌اند، سرمستی‌های کیهانی‌اند. اوپانیشادها می‌گویند که خداوند آن است و تو اینی. Tat.Va.masi.

آن دم که به واهی بودن پندارهای نیک و بد راه یافتی آن درک و دریافت، تو را چرخش‌گاهی خواهد بود که واگردانت می‌کند. زان پس به درون خود نظر خواهی کرد و واقعیت بیرون دیگر چندان واقعی نمی‌نماید و معنای خود را از دست می‌دهد. آن‌چه که اجتماع واقعیت می‌نامد افسانه و خیالی را مانند خواهد شد که به خواست خود می‌توانی در آن ایفای نقش کنی. اما اهمیت چندانی برایش قائل مباش چرا که فقط نقشی است بر نقش پرده آن خیال که باید آن را به تمامی و تا آن‌جا که در توان است به انجام رساند اما آن نقش را به خود نگیرید و درش فرو نروید، از آن‌رو که از آن غایت متعال به کل بی‌بهره است. آن واقعیت و اصل بنیادی در درون است و روان بسیط و بخش ناشده از آن خبرها دارد. و اگر بتوان لختی از آن روان یکپارچه را به چنگ آورده در آن فرو شویم به آستانه حضوری دیگر سان گام نهاده‌ایم.

می‌گویی «پندارهای نیک و بد در من فرو مرده‌ان»، و این همان حال و دمی است که می‌توان عزم پوشیدن ردای سانیاسی کرد و به وادی‌اش وارد شد و همه معنای سانیاسین در همین است. اینک دیگر هیچ‌جای درنگ نیست. دیگر حتی رخصت طلبیدن از من هم جایز نیست. تو خود پیش‌تر به آن وارد شده‌ای و آن جامع به بر کرده‌ای و چه راهی بس دراز پیموده‌ای.

چنین حکایت کرده‌اند که سال‌خورده زوجی قصد جدایی کردند و به نزد قاضی روان شدند. بسی سال‌دیده بودند و بیش از 95 بهار از عمرشان خزان گشته بود و 75 سال در وصلت هم به سر برده بودند. و قاضی محکمه را از شگفتی توان سخن گفتن نبود. سرانجام به گفتار درآمد که: «و حال سرِ آن دارید که از هم جدا شوید آن هم پس از 75 سال که سر بر یک بالین نهاده‌اید، حالا چرا؟» آن دو نگاهی بر هم انداختند و پیرمرد پاسخش داد: «حقیقت را خواسته باشید به انتظار نشسته بودیم تا همه فرزندانمان با دنیا وداع کنند.»

آدمیان صبر پیشه می‌کنند و به انتظار می‌نشینند و بسی چشم به‌راهند؛ آیا به راستی امیدی هست؟ دیگر صبر جایز نیست. خوش آمده‌اید و مقدمتان مبارک. اینک آماده‌ای و مهیا گشته‌ای. حتی آنانی که مهیا نیستند را هم با گشادگی می‌پذیرم، زیرا اگر امروز آماده نباشند روزی دیگر خواهند بود. آنان که هنگام سانیاس شدن آماده نیستند شاید زان پس آمادگی یابند و من که باشم که بخواهم از پذیرشت سر باز زنم اگر خدایت پذیرفته است. خود را در آن پایه نمی‌یابم که دست رد بر سینه کسی زنم و بدین سبب کسی را از این‌جا نمی‌رانند و رانده نمی‌شود. هیچ شرطی در میان نیست. همگان شایسته‌اند و سزاوار. اگر آن دادار پاک بر این بوده که تو شایسته زندگانی هستی همین مرا کفایت است که تو را لایق سانیاسین بودن بدانم.

می‌گویی«نه سرفرازم، نه شرمنده لیک آمیزه‌ای از هر دو حالم.» این حال همان حال سرگشتگی و آشفته دلی است. به هرچه روی کنی آن را چنین خواهی دید که نه این است و نه آن و در عین حال هم این است و هم آن. «هر آن‌چه تاکنون فرا چنگ آورده‌ام چنان است که گویی دوشادوش ناکامی‌هایم در تیرگی فرو شده.» به راستی که چه فرخنده بختی و طالع سعدی فرا رویت است و بدان که حالی بس رشک‌انگیز تو را در میان گرفته. دانستن این‌که هرچه کرده‌ای رنگی از کامیابی به خود ندیده و به ثمر نشسته آغاز سفری تازه را نوید می‌دهد. نایل شدن به آن درک و دریافت که در هرچه به دست آورده‌ام مغبون گشته‌ام و جز اتلاف عمر سودی نبرده‌ام آغازی است برای به جستجو برخاستن و پرسان شدن به چیزی که نمی‌توان آن را از کف داد. آن دم که کسی از دایره وهم این جهان و کامیابی‌هایش یکسره رها شود تنها پس از آن است که به وادی معرفت روح رخصت ورود خواهد یافت.

«حال خود را چون ابری رقیق و ناپایدار می‌بینم اما از میانه آن ابر، اندوهی سترگ چون ستیغ خاره‌ای برّان که لفافی مخملی آن را پوشانده سر برمی‌آورد.» قطعاً چنین است و باید که این‌گونه باشد. زمانی که عمری را در اوهام سپری کرده‌ای و ناگاه روزی پی می‌بری که هر آن‌چه بوده خالی از معنا و بی‌فایده است و در تعقیب سایه‌ها بوده‌ای، اندوهی بس عظیم سر بر می‌کشد. تیزهوشی و ذکاوتت برایم آشکار است: اندوهی با لفافی مخملی. آری حزن و ملال چون شراب خام در رگ‌هایت یله می‌رود و آن دل‌تنگی برای گذشته‌هاست و افسوسی که از پس آن بر جای مانده و آن پوشش مخملی همان چشم‌انداز امکانی است که فرا رویت

گسترده است و اینک برایت فراهم گردیده. از میانه آن آشفتگی و پریشان‌دلی، اندوه و ملال روح را می‌آزارد لیک به واسطه همان آسیمگی و آزردگی‌اش است که در آن اعماق وجود، حس تازه جنبیدن می‌گیرد و افروخته می‌شود. شعفی تازه از پس پرده دلتنگی‌ها سر برمی‌کشد، سرور و وجدی که از کند و کاوی دیگر، ماجرایی تازه‌تر، حیاتی نو و راهی نوتر برای بودن سر بر آسمان می‌ساید.

«باگوان، پایانی بر حال خود نمی‌یابم یا به راستی هیچ پایانی بر آن نیست؟»

ذهن را همواره تولدی هست و پایانی. آغازی بر «منِ» تو در میان است و آن را نیز پایانی اما نه آغازی بر هستِ تو هست و نه فرجامی و راز پیدایی عالم نیز بر کسی گشوده نیست و تو را هم انجامی. فراگرد و جریانی است که هماره در کار است. سرّی در میان است و آن اسرار تو را انتظار می‌کشد و آن‌گاه چه شور و وجدی. چه سُکرآور و خلسه‌گون آن‌دم که درمی‌یابی زندگی را هیچ پایانی نیست؛ و آن‌گاه که به بلندای قلّه‌ای می‌رسی قلّه دیگری به مبارزه‌ات می‌خواند، ستیغی رفیع‌تر و صعودی توان‌فرساتر و چالشی بس مهیب و پرمخافت و پس از درنوردیدنش، چکادی از پس چکادی دیگر تو را به خود می‌خواند و زندگی چونان کوه‌های سر بر آسمان ساییده هیمالیا یکی از پس دیگری نمایان می‌شود. لحظه‌ای اندیشه کن که اکنون بر فراز قلّه‌ای رسیده‌ای و دیگر هیچ چالشی برای فتح چکادی در میان نیست و به راستی که چه ملول خواهی شد و زان پس جز ملال و دل‌تنگی دیگر تقدیر و نصیبی نخواهی داشت و زندگی را با ملالت و خسته‌دلی کاری نیست که رقصی است ابدی و در قاموس آن اثری از کسالت و دل‌زدگی یافته نیست؛ زندگی سراسر نشاط است و سرخوشی‌های شادمانه. در هر خم راهش هزاران هزار واقعه در انتظار است و بی‌شمار وقایعی که همواره در زمان‌هایی دیگر چشم به راهتان‌اند و هرگز نمی‌توان فرجام و پایانی را بر اسرار هستی متصور بود و نمی‌تواند که پایان پذیرد و از همین روست که اسرار و معما نام گرفته است.

هرگز نمی‌توان تا انتهایش را شکافت و بدان درون شد و هیچ‌گاه آن را معرفت تمام نخواهی یافت. چیزی در میانش است که تا ابد آن را فریبنده و موهوم می‌نماید و همه سرور و طرب‌ناکی زندگی در همین است. شکوه و تابناکی بی‌همتای زندگی در این معناست که تو را همواره مشغول می‌دارد و در هر لحظه خود را در جستجو و زیر و زبری دیگر می‌یابی. زندگی مالامال از پویش است و خطر کردن در ناشناخته‌ها.

پرسیده‌ای: «باگوان، پایانی بر حال خود نمی‌یابم یا به راستی هیچ پایانی بر آن نیست؟»

تو را بی‌شک فرجامی است اما هست راستین تو را پایانی نخواهد بود.

«آیا به دوش کشیدن بار ناپاکی‌ها سرمستی است؟» در هیچ مکان و زمانی ناپالودگی و آلایشی یافته نیست. هرچه هست سَره است و پاک. ناپاکی و آلایش سایه‌ای است از آن سرگشتگی و آشفته‌دلی که اینک جانت را آزرده کرده. آن‌گاه که پریشانی و ذهن آشفته رهایت کند سایه‌ها نیز از میان برمی‌خیزند. نهانی‌ترین هسته وجودت همواره درخشناک است و پاک و تو با نیالودگی آمیخته‌ای و تو را از آن جدایی نخواهد بود. پاکدامنی‌ات ابدی است و هرگز دامنت آلوده نخواهد بود و راهی برای تردامنی نیست. شاید بتوانی از گوشه ذهنت برانی و یا به یادش آوری. اگر فراموشش کنی آشفته دلانه خواهی زیست و اگر در خاطرت آن را زنده کنی سراسر روشنی خواهی دید و نیالودگی. دیگرباره زنهارت می‌دهم که نه به یقین بل به روشنی خواهی رسید. هرچه در ظرف زمان و مکان به ادارک درآید شفاف خواهد بود و آن شفافیت همان رهایی موعود و فرزانگی و حقّ مسلم توست. اگر به طلبش در نیایی و خواهانش نباشی جز تو کسی مسؤول نیست. بخواه که از آن توست، فقط کافی است آن را طلب کنی. سانیاس تلاشی است برای باز پس گرفتن آن‌چه که همواره از آنت بوده و وانهادن چیزی که زیبنده تو نیست. سانیاس جد و جهدی است برای به حال خود نهدن آن‌چه به راستی در تو نیست و به ادعا نشستن گوهری که پیوسته در کنارت است. وجد و سرمستی، طبیعت ماست. سرمست نبودن را ضرورتی در میان نیست. سرمستی‌های سرخوشانه از درون می جوشند و بسی بی‌اختیارند و خلق‌الساعه. برای سرمست شدن نیازی به هیچ تلاش و جهدی نیست. برای سیه‌روزی است که باید هرچه در توان است به کار برید. از این‌روست که چنین خسته جانی زیرا مبتلا شدنت به سیه‌روزی بایدت سخت به کار بوده باشی و به راستی که چه کار دشواری است تا عملی را خلاف طبع خود انجامش دهیم. خلاف رود در حرکتی و سیه‌روزیت از همین است. سعادتمندی تو در پیوستن به مسیر و حرکت رود است تا آن پایه که دیگر میان تو و رود فاصله‌ای نباشد و تو همان رود شوی و پیوستن و با رود شدن را هیچ دشوار کاری نیست حتی اگر شناگری ندانی. در جریان رود جاری هستی و رود تو را با خود به دریایی می‌برد که کران‌مندی ندارد. زندگی همان رود است؛ نباید با زور و فشار در میانش روی و آن‌گاه سیه‌روزیت رخت

برمی‌بندد. سانیاس را هنر فشار نیاوردن به رود زندگی معنا کرده‌اند و تو اینک آماده‌ای. این دقیقه آشفتگی، این لحظه آشوب و طغیان در زندگی‌ات گشاینده دری است و برگی تازه را ورق می‌زند. بیش از این صبر جایز نیست.

شرطی شدن

هسته درونی انسان بسیار ساده است لیک شخصیت او چنین نیست؛ این شخصیت ساختی بس پیچیده دارد که در تباین با هستی اوست. شخصیت را می‌توان به پیازی مانند دانست. لایه‌های بسیاری از شرطی شدن‌ها، تباهی‌ها و آلودگی‌ها در پس لایه‌های دیگر نهان است. آن‌چه صوفیان، صافی می‌نامند همان هست نیالوده انسانی است لیک آن هست بی‌زنگار و خالص نیز در پشت صافی‌های دیگر از نظر پنهان است؛ توان دیدنش در شما نیست و شمایی که در پس این پرده‌ها نهان گشته‌اید نیز قادر به تماشای جهان نیستید. چون هر آن‌چه از دنیای اطراف به شما برسد پیش از ورود، در گذر صافی‌ها تباه می‌شود و هرگز آن را چنان که هست در نمی‌یابید و در این کشاکش همواره از دستان‌تان می گریزد. تفسیرگران بسیاری در این راه در کمین‌اند. آن‌دم که چیزی را می‌بینید در اولین گام این چشم‌ها هستند که حس‌هایتان را مخدوش کرده آن‌ها را می‌فریبند، پس آن‌گاه جهان نگری‌تان، مرام و مسلک‌تان و جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنید همه و همه در حس‌های شما دست برده و تحریف‌شان می‌کنند؛ آن‌ها جملگی جاعلانی بیش نیستند که قلب واقعیت می‌کنند. عواطف‌تان نیز در این سلک است و الی آخر. آن‌دم که آن پدیده رؤیت شده به شما می‌رسد در واقع چیزی از اصل آن باقی نمانده است یا اگر هم قدری بر جای مانده باشد چندان اندک است که دیگر نمی‌توان آن را باز شناخت. تنها در صورتی قادر به مشاهده چیزی هستید که صافی‌های‌تان رخصت دیدن دهند و مسأله در این است که صافی‌ها چندان رخصت نمی‌دهند.

دانشمندان بر این باورند که آن‌چه از واقعیت بیرون می‌بینم 2 درصد بیش نیست؛ فقط 2 درصد. 98 درصد از دست می‌رود. پس آن‌گاه که وجودتان در نهان است و از نظر غایب، آن‌چه می‌شنوید 2 درصد از آن مقالی است که بیان شده و به جستجویش بر آمده‌اید و 98 درصد را از کف خواهید داد. وای بسا آن 2 درصد را هم از سیاق کلام دریابید. به این می‌ماند که گویی با خواندن صفحاتی چند از داستان بلندی بخواهید یک‌سره آن داستان را دیگرباره به سامان کنید. 98 صفحه آن مفقود است و هیچ نمی‌دانید که آن اوراق چه هستند. در این میانه 2 پاره ورق در دست دارید و بر آنید که همه آن داستان را از نو بنا کنید. این بنای

دوباره صرفاً ابداع شماست، کشف حقیقت نیست بلکه پندار و قوه خیال شماست و الزامی درونی است تا هیچ فاصله‌ای در میان نباشد. هرگاه 2 پدیده را می‌بینید که هیچ ارتباطی با هم ندارند، ذهن خلاق‌تان در پی یافتن راه چاره برمی‌آید حس فوریتی از درون می‌جوشد تا آن دو را به هم وصل کند، که در غیر این حال بسی بی‌تاب و پریشان خواهید گشت. پس این شمایید که اتصالی را ابداع کرده و آن حلقه‌های سن را با آن بند محکم می‌کنید. پلی را میان آن دو فراز می‌کنید و چنان به ابداعات خود سرگرمید که جهانی از پس خیالات خود می‌آفرینید.

گورجیف، این صافی‌ها را حفاظ و حائل می‌نامد. ابزارهایی که فرد را در برابر واقعیت محافظت می‌کند، دروغ‌هایی را که به هم می‌بافد حمایت می‌کند، رؤیاهایش را حفظ می‌کند، حامی فرافکنی‌هایش است؛ اجازه نمی‌دهد با واقعیت رودرو شود چون هر تماس عریان و بی‌حفاظی با حقیقت بسی خرد کننده است و ویران‌گر، فزون از تحمل و هولناک است.

آدمی با دروغ‌هایی که به خود می‌گوید زنده است. آورده‌اند که فردریک نیچه گفته است: «تقاضا می‌کنم انسان را از دروغ‌هایش دور نکنید زیرا در غیر این صورت ادامه حیات برایش میسر نخواهد بود. انسان با مایه‌های فریبش زندگی می‌کند. قصه‌ها را از او نگیرید، اسطوره‌ها را ویران نکنید، حقیقت را فاش نگویید. انسان با حقیقت آشنا نیست و نمی‌تواند آن را تاب آورد.» و یقیناً این سخن در باب اکثر آدمیان صادق است. اما کیفیت این زندگی چگونه می‌تواند باشد؟ آن زندگی که بنایش بر فریب استوار است خود، نیرنگی بیش نیست. چه شادکامی و سعادتی در دروغ و نیرنگ می‌توان متصور بود؟ هیچ امکان و احتمالی نیست. سیه‌روزی و ادبار ابنای بشر نیز از همین روست.

سعادت انسان در یافتن حقیقت است و در ناراستی تنها می‌توان فلاکت و سیه‌روزی را جستجو کرد و دیگر هیچ. اما به حال و روز انسان بنگرید که هنوز حامی دروغ‌هایی است که به خود می‌گوید. به راستی چرا؟ او در این ناراستی احساس آسایش می‌کند. اما دروغ‌ها شما را حفظ می‌کنند و سدی را میان شما و حقیقت و سعادتمندی و ذات الوهی برپا می‌دارند. انسان عیناً چون پیازی است و آیین‌های مختلف را می‌توان به مثابه هنر چگونه پوست کندن این پیاز و دستیابی به درونی و نهفته‌ترین هسته آن دانست. و به راستی

درونی‌ترین هسته پیاز چیست؟ آیا تاکنون پیاز را پوست کنده‌اید. لایه‌ای از پس لایه دیگر پوست می‌کنند و لایه‌ها به دنبال هم برداشته می‌شوند تا آن‌دم که به آخرین لایه می‌رسید و آن را نیز برمی‌دارید و تنها تهی‌وارگی در دستان‌تان باقی می‌ماند، که همان لایه فناست. اگر لایه‌های هستی خود را پوست بگیرید به آخرین لایه یعنی لایه بقا می‌رسید و بس از آن و فرا سویش تهی‌وارگی خواهد بود و فنا. پس می‌توان چنین نیز اندیشه کرد: در نهفته‌ترین هسته، تهی‌وارگی جای دارد؛ سپهر ناب، نیستی، فنا. نخستین لایه‌ای که گرداگرد فنا را پوشانده، لایه بقاست، لایه فردیت است، همانی است که در ادیان همه عالم نفس، آتمن و روان خوانده می‌شود. اما آن روان نیز گامی از هستی‌تان، از وجود راستین‌تان به دور است و در فاصله بعید قرار یافته. بودای فرزانه چه نیکو سخنی در این‌باره دارد: آن را نه ـ خود، آناتا (anatta) می‌نامد.

درونی‌ترین هستی‌تان، عدم و نا ـ هستی است؛ جز خُلُوّ چیزی یافته نیست. نخستین لایه و حصاری که به دور آن کشیده می‌شود پرچین بقاست، حصار فردانیت است. حقیقت همین است. هست راستین و بی‌زنگارتان همین است. نا ـ هستی را بودنش و هستی در میان گرفته و قالبش را معین کرده است. آن‌چه از هسته باقی است جز تهی هیچ نیست. اما چیزی باید چارچوب آن تهی‌وارگی را مشخص کند چرا که در هر حالی جز این هیچ مرزی و خط فاصلی میان فرد و هر آن‌چه در پیرامونش است نخواهد بود. از آن‌روست که لایه‌هایی بس نازک از وجود، هست او را جدا می‌کند. اما آن هستی، نه هسته مرکزی که پیرامونی بیش نیست. در هسته کانونی جز فنا هیچ نمی‌توان یافت، انحلال فردیت، از میان برخاستن. حتی در مرحله بقا یا آخرین لایه نیز وجود ذات ربوبی را به تمامی در نمی‌یابید.

هنوز «منِ» شما حضور دارد، هنوز اندکی از وجودتان باقی است؛ پرده نازکی در میان است که در فنا باید از میان برداشته شود، پس آن‌گاه رخصت ورود به هستی الوهی را می‌یابید.

پس بیایید از لایه‌های اول آغاز کنید؛ لایه‌های پیاز را پوست بگیرید. لایه اول از حواس جسمانی تباه گشته‌مان بر ساخته شده. حتی لحظه‌ای بر این اندیشه نباشید که حواس جسمانی‌تان همانی است که باید باشد؛ چنین نیستند. تربیت‌شان کرده‌اند. در صورتی چیزی را می‌بینید که جامعه اجازه دیدنش را به شما دهد. اگر چیزی را می‌شنوید بدانید که نظام اجتماعی اجازه شنیدنش را داده است. اگر با چیزی تماس دارید

و به آن دست می‌زنید، این جامعه است که رخصت دست سودن بر آن را می‌دهد. آدمی بسیاری از حواس خود را از دست داده است. مثالی می‌آورم، حس بویایی را در نظر آورید که انسان دیگر چیزی از آن را در اختیار ندارد. حیوانی چون سگ و توان بویایی‌اش را ببینید. بنگرید که بینی‌اش تا چه حد حساس است و چه شامه تیزی! و حال انسان را نظاره کنید که گویا از این منظر درمانه‌ای بیش نیست. چه بر سر حس بویایی آدمی رفته است؟ چرا حس بویش او شدت و حدّت بویش سگ یا اسب را ندارد؟ اسب قادر است از کیلومترها دورتر بوی چیزی را احساس کند. سگ خاطره و حافظه عظیمی از بوها دارد و انسان از این حافظه هیچ بهره‌ای نبرده. گویی مانعی آن را مسدود کرده و سد راه بینی گشته است.

به زعم آنانی که سخت در این لایه پژوهیده‌اند این نقص در پی سرکوب و واپس‌زنی غرایز و طبایعش نمود یافته است. انسان به لحاظ جسمی به اندازه هر ذی‌حیات دیگری حساس است اما از نظر روانی حس شامه او تباه گشته است. حس بویایی از لحاظ جنسی در حیوانات یکی از پر نفوذترین و نیرومندترین خصلت‌هاست. از همین راه بویایی است که جانوران در می‌یابند آیا موجود نر با ماده هماهنگ و هم‌ساز است یا خیر. بوها و روایح نشانه‌های خاصی هستند. آن‌گاه که فصل جفت‌گیری از راه می‌رسد و جنس ماده آماده گُشن‌گیری با نری می‌شود توی خاصی را از خود می‌پراکند و فقط به واسطه این رایحه، جانور نر پی می‌برد که مورد قبول واقع شده است. اگر آن بو از اندام‌های جنسی جانور ماده ساطع نشود، جنس نر خود را کنار می‌کشد چرا که پذیرفته نشده. انسان این توانایی را در خود از بین برده است زیرا بسی دشوار است تا در همان حالی که حس طبیعی بویایی در او زنده است و به کار، جامعه به اصطلاح با فرهنگی خلق کرد. ناگزیر در طی قرون متمادی انسان به نابودی تمام و کمال حس بویایی خود کمر بسته است. پس نمی‌توان این رفتار را صرفاً از سر اتفاق دانست که در ممالک با فرهنگ، زمان بس درازی را برای زدودن هر بویی از بدن ضایع می‌کنند. باور رایج و عامه این است که باید رایحه طبیعی بدن را با خوشبوکننده‌ها و صابون‌های بوزدا تماماً از بین برد و چه عطرهای خوشبویی که به خود نمی‌زنند! اما این‌ها همه جامه‌های مبدلی است که عاریتاً برای کتمان خود به تن می‌کنند، راه‌هایی است برای گریختن از واقعیتی که نمی‌توان از آن دوری جست. چرا که آن رایحه با تمام کشش‌ها و جاذبه‌هایش هم‌چنان پابرجاست و لاجرم به نابودی بویش همت گمارده‌ایم. حتی در

کلامی که به کار می‌بریم این تفاوت بس آشکار است. دیدن و شنیدن را از یک مقوله می‌دانند لیک بویش را سودایی دیگر در میان است. دیدن یعنی توان به چشم آوردن، شنیدن یعنی توان به گوش نیوشیدن، اما هیچ توانی در بویش متصور نیست. و بر دیگر حواس خود نیز چندان جفا کرده‌ایم. هرگز هم‌نوع خویش را چشم در چشم ننگریسته‌ایم که اگر چنین کرده‌ایم دمی بیش نپاییده است. به واقع هیچ‌گاه آنان را نمی‌نگریم که گویی همارە کنارە می‌گیریم و پرهیز می‌کنیم. و اگر خیره در چشمی بنگرید تربیت نایافته‌تان می‌نامند. لختی در این‌باره تأمل کنید: آیا به واقع آدمیان را می‌بینید یا از دیدارشان احتراز دارید. زیرا اگر دوری نگیرید پس آن‌گاه چیزهایی را شاهد خواهید بود که شاید دیگری میلی به مکشوف داشتنش نداشته باشد و این از نزاکت به دور است و بایسته نیست که دیدارگر چیزی باشیم که کس دیگر سعی در پوشاندن آن دارد. پس بهتر آن است که دوری گزینیم و احتراز جوییم. به واژگان گوش می‌سپاریم لیک چهره را نمی‌نگریم که بسا آن کلمات با آن چهره در انکار است و متباین. گوینده چیزی می‌گوید و چیز دیگری نشان می‌دهد. دیری نمی‌پاید که حس دیدن صورت، چشم‌ها و اشارات و حرکات سر و دست در گاه سخن گفتن را تماماً از دست دهیم. تنها کاری که می‌کنیم گوش سپردن به کلمات است. بر این نکته لختی تأمل کنید و در عجب خواهید شد که آدمیان چگونه سخن می‌گویند و چیزی دیگر عرضه می‌کنند و آموخته‌ایم که هرگز چهره‌ای را چشم در چشم ننگریم. یا حتی اگر می‌نگریم، نگریستنی از سر آگاهی نیست؛ عاری از دقت است و سراسر تهی. چنان است که گویی چشمان خود را فرو بسته، عملاً هیچ نمی‌بینیم.

اصوات را هم به پسند و گزینش خویش می‌شنویم. هر صوت و صدایی را اجازه شنیدن نمی‌دهیم بلکه برمی‌گزینیم آن‌چه را که می‌شنویم. هرچه نافع‌مان است بدان گوش می‌سپاریم و در جوامع مختلف و کشورهای گونه‌گون ارزش‌ها بس دیگرگونه‌اند. انسانی که در دنیای بدوی مثل یک بیشه‌زار یا جنگل گذران عمر می‌کند، قدرت پذیرش یا قابلیتی متفاوت برای شنیدن اصوات دارد؛ باید همواره هوشیار و مترصد دنیای اطراف خویش باشد زیرا زندگی‌اش در خطر است و پر مَخافت. انسان امروز نیاز به این هوشیاری دائم ندارد. او در دنیایی متمدن و با فرهنگ می‌زیَد که در هیچ‌جای آن اثری از ددان و وحوش نیست پس ترسی هم در میان نیست و بقای او را خطری مدام تهدید نمی‌کند. گوش‌های او به‌طور کامل عمل نمی‌کند چرا که نیازی

ندارد. خرگوش یا گوزن را دیده‌ای که با چه دقت و حساسیتی گوش به زنگ اطراف خویش‌اند؟ لرزشی و جنبشی در هوا یا خشکیده برگی که باد تکانش می‌دهد گوزن را بسنده است تا هوشیار و آماده شود؛ و آن آوا را تو هرگز پی نخواهی برد. و زندگی سرشار از نوای موسیقی است. هر لحظه موسیقیایی آن را به میان خود می‌گیرد و ما یک‌سره از آن غافلیم. ضرب آهنگ عظیمی پیاپی مترنم است اما برای به جان شنیدنش نیاز به گوش‌های حساس‌تری است که مترصد نیوشیدن باشد. چشمانی هوشیارتر برای دیدن و بساوشی پرتوان‌تر برای دست سودن.

بنابراین لایه نخست همانا حواس جسمانی تباه‌گشته‌مان است، گویی در جمود زندگی می‌کنیم. سرد و فروبسته و دست نایافتنی گشته‌ایم. چنان هراسان از زندگی هستیم که هر روزنی را که ممکن است حیات از درون آن به سراغ‌مان آید مسدود کرده و هر امکانی را برای ایجاد تماس با زندگی از میان برداشته‌ایم. انسان‌ها حتی یک‌دیگر را لمس نمی‌کنند و دستان هم را در دست نمی‌گیرند، دیگری را در آغوش نمی‌کشند و وقتی دست کسی را به دست می‌گیرید هم خود معذبید و هم آن دیگری. حتی اگر کسی را به آغوش بگیرید این احساس در او خواهد گذشت که این کار چندان شایسته نیست و تو در شتابی تا از تن دیگری دوری جویی، زیرا گرمای کالبد دیگری وجودت را می‌گشاید. حتی به کودکان هم اجازه نمی‌دهند تا والدین‌شان را در آغوش گیرند. هماره ترسی در میان است. همه حس‌هایمان چنین تباه گشته‌اند قرن‌هاست که انسان اجازه نیافته تا طبیعی و چنان که هست زندگی کند و از همین‌روست که او شأن و معصومیت و وقار خویش را از کف داده است.

این، نخستین لایه است و به دلیل همه آن سرکوب‌ها و واپس زدن‌ها، تن آدمی حس لذت و شعف را یکسره از یاد برده است، هیچ وجد و طربی برانگیخته نیست و مرد و زن را هر دو یکسان این فاجعه رفته است، گرچه مردان اندکی بیش تباه‌تر گشته‌اند چرا که مردان کمال پرستند، کمال‌جویانی روان رنجور. همین که اندیشه‌ای از خاطر او گذر کند همه همت خود را طلب می‌کند تا به نهایت آن گذر کند. زنان، بیش‌تر اهل عمل هستند و چندان خردورزی پیشه نمی‌کنند بل دل آگاهانه روی به راه می‌سپارند و تا پایان راه نرفته‌اند. و جای خوش‌وقتی است که زنان به سان مردان روان رنجور نیستند و از همین روست که آنان لختی از شأن

و قدری از وقار و ظرافت خویش را محفوظ داشته‌اند، اندکی حس شاعرانگی در وجوشان سوسو می‌زند. اما هر دو جنس مرد و زن را جامعه به تباهی کشانده و لطافت درون‌شان را سخت کرده است؛ مردان بسی بیش‌تر و زنان قدری کم‌تر. اما تفاوت فقط بر سر مقدار آن است. به خاطر در میان بودن همین لایه و پرده است که هر آن‌چه به درون‌تان وارد می‌شود نخست باید از آن گذر کند و این صافی آن را مختل می‌کند، ویرانش می‌کند، تفسیر و تعبیر در کارش می‌آورد، در ماهیتش دست می‌برد و رنگ‌های تازه خود را بر آن می‌افزاید؛ آن را تحت تأثیر قرار داده چیزی دیگر ابداع می‌کند. دیگر از حقیقت چیزی جز زباله‌ای بر جای نخواهد بود. و آن‌گاه که این لایه از میان برداشته شود ـ که همه جد و جهد یوگا بر آن است که انسان را دیگرباره زنده کند، حسی تازه در وجودش بدمد و جوانی را به جسم و روحش بازگرداند و حواس انسانی را در اوج کارکردهایش قرار دهد ـ آن‌دم که حس‌هایمان بی‌هیچ نهی و منعی به کار خویش باشند، روشنی، ظرافت و زیبایی جاری می‌شود؛ بار دیگر شور و حرارت سر برمی‌کشد. فراخی و رویش و بالیدن صد چندان در راه خواهد شد. و تو دمادم در تازگی و عطر جوانی غوطه خواهی خورد و هماره در ماجرایی دیگر توان خویش می‌آزمایی و تن تو در برکه شادی طربناک خواهد بود. از میانه شادی و سرور اولین مایه تباهی انسان رخت برمی‌بندد و تأکید و اصرار من از همین روست که هر دم از عمر خود را در جشن و شادی سپری کنید و تن خود را پذیرا باشید و نه فقط آن را بپذیرید بلکه آن ذات برین را شکر و سپاس گویید که چنین کالبد زیبایی اعطایتان کرده، تنی چنان حساس با گونه‌گون معابری که می‌توان از گذر آن با حقیقت ارتباط یافت: چشم، گوش، بینی، دست سودن. این پنجره‌ها را بگشایید و اجازه دهید زندگی جاری شود. بیاموزید تا حساس‌تر شوید و در این راه هر فرصتی را غنیمتی است.

پس آن‌گاه صافی اول از میان برمی‌خیزد. اگر بر سبزه‌زاری نشسته‌اید دست تطاول بَرَش نگشایید و آن را از بن نکنید. آدمیان چندان بی‌خبرانه پرخاشگرند که غافل از احوال خویشتن‌اند. بسی برقرارند و بی‌خبر از کار خویش؛ آن علف را در دسترس بی‌قراری خود می‌بینند و نابودش می‌کنند. پس آن‌دم که بر چمنی لختی آسوده‌اید، چشم بر هم نهید و چون چمن شوید، در جان علف فرو روید و آن را مانند شوید، سبزی علف را به عمق جان خود کشید، نمناکی و طراوت چمن را در خود فرو برید، بوی خوش علف پراکنده در هوا را

ببویید. از ژاله‌های شبنم چکیده بر تیغه علف محفوظ شوید. بازی آفتاب را بر چمن نظاره کنید و دمی خود را در آن غرقه سازید و حسی تازه در کالبدتان سیلان خواهد یافت. پس درنگ جایز نیست. در همه احوال می‌توان این حس تازه را بیدار کرد. در رود، در استخر، در آن‌دم که بر ساحلی لمیده‌اید، در برآمدن آفتاب، در نگریستن به ماه در تاریکی شب، در آن‌دم که با چشمانی بر هم نهاده تن به شن‌های ساحل سپرده‌اید. خروارها خروار مجال را می‌توان یافت تا دیگربار جسم خفته را بیدار کرد و تنها شمایید که قادر به انجام آنید. باید که این سحر باطل کرد و آن گره از کار تن برگشاد. و آن‌گاه که شادمانه و پای‌کوبان و دست‌افشان جهان را نگریستید و شنیدید و بوییدید و دست بر آن سودید آن دم است که حقیقت جهان را خواهید دید و شنید و به جان پذیرایش خواهید بود.

لایه دوم، لایه شرطی شدن‌های اجتماعی، سیاسی، مرام و مسلکی و سامانه‌های باور است. سامانه‌های باور درهای ارتباط را بر نمی‌گشاید و جز جزم‌اندیشی هیچ طریق دیگری نمی‌شناسد. آن‌گاه که تو به مرامی پایبندی و من به مسلکی دیگر، پس هیچ باب گفتگو و ارتباطی گشاده نیست. ارتباط و تماس آن دم است که در مقام انسان یک‌دیگر را پذیرا باشیم. سامانه‌های باور سربه‌سر نابودگر هر بابی از ارتباط و گفتگوست و تمامی حیات را جز برقراری ارتباط و گفتگو هیچ سامانه‌ای برنمی‌تابد: ارتباط با درخت، رود، خورشید و ماه، انسان و حیوان. به هر سو بنگری جوهر حیات را سرشار از گفتگو و ارتباط می‌یابی. آن‌گاه که بار سامانه‌های باور جانت را رنجور ساخته هیچ نشانی از گفت و شنود نخواهد بود. به راستی چگونه قادر خواهی بود تا به گفتگو بنشینی؟ تو اینک چنان آکنده از باورها و انگاره‌های خویشی که در پندار خود جز حقیقت مطلق هیچ امکان دیگری برایشان متصور نیستی. آن‌دم که به پای سخن دیگری نشسته‌ای تنها بی‌شکیب ادب را به جای می‌آوری و ای بسا جز این کسی را پذیرای سخن نباشی و به کس گوش ندهی. تو بر راستی باور خود یقین داری و سخت در انتظاری تا مجالی برای سخن گفتن بیابی و بر آن مرد بتازی. در قاموس تو می توان با دیگری مجادله و مباحثه کرد، اما گفتگو ناشدنی است. میان دو سامانه باور هیچ امکانی برای گفت و شنود نخواهد بود. انگاره‌ها پیوندهای دوستی را می‌گسلند و باورها تباه کننده ارتباط‌های انسانی است. پس اگر به واقع خواستار دیدن و شنیدنی، بایسته هستی تا از همه سامانه‌های باوری که تو را در برگرفته دست بشویی،

باید آن پایه از شعور را در خود بپروری تا از همه انگاره‌ها رها شوی. محبوس و گرفتار آمده در سامانه خویش از دیگری به دوری و آن دیگری نیز برایت دست نایافتنی است. آدمیان چون خانه‌های بی‌پنجره‌اند. گاهی به هم نزدیک می‌شوید و گاه رودررو اما دیدار هرگز؛ گاه دستی بر هم می‌کشید اما دریغ از ملاقات. کلامی می‌گویید اما ارتباطی در میان نیست. هر کسی زندانی شرطی شدن‌هایش است و محبس خویش را به گرد خود فراز کرده. و باید رها شد و رها کرد. خودبینی و کبر، زاده باور است و انگاره‌ها تو را از هر کاوشی باز می‌دارند و ترس در عمق جانت لانه می‌کند چرا که شاید روزی به مصاف چیزی روی که خلاف باورهایت است و آن، همه سامانه‌ات را زیر و زبر کند.

پس بهتر آن است که کنکاش نکنیم و در دنیای ملال‌آور و بی‌روح و محدود خود محبوس بمانیم و پا فراسویش ننهیم. باورهایی که تو را به خود مقید ساخته القاگر معرفت‌اند چندان که گویی به همه‌چیز دانایی اما هیچ نمی‌دانی و از ذات الوهی یکسره بی‌خبری لیک چنان می‌نمایی که از همه اسرار آگاهی. و این بسی پرخطر است، حالتی است که در آن ذهن به خوابی مصنوعی برده می‌شود.

مردان و زنان جملگی شرطی شده‌اند اما هر یک به راه خود، زیرا مرد را شرطی کرده‌اند که ستیزه‌جو، جاه‌طلب، نافذ و خودپرست باشد. مردان را برای کاری دیگرگون مهیا کرده‌اند، برای بهره‌کشی از دیگری، برای بیدادگری و اربابی کردن آماده‌اش ساخته‌اند. زنان را سامانه باوری داده‌اند که برده باشند و بردگی کنند. به آنان آموخته‌اند که چه سان فرمان برند. زنان را دنیایی بس خرد و ناچیز سپرده‌اند: دنیای درون خانه و تدبیر آن. زندگی را سراسر از آنان دریغ داشته‌اند و به مجرد آن‌که سامانه باوری در ژرفای وجود مرد یا زنی سکنی گزیند و قرار یابد، صاحب‌خانه آن را می‌پذیرد و خود را به آن مقید می‌کند. مردان آموخته‌اند که به هنگام درد و رنج اشکی نریزند و فغان نکنند؛ اشک ریختن از مردی و مردانگی به دور است. پس مردان را با مویه و زاری کاری نیست و حال نیک بنگرید که چه سفاهتی در این باور است. سرشک از دیده ریختن و به زاری نشستن بسا خود، درمان درد است و همه بدان محتاج‌اند و بسی بایسته؛ سبکبارت می‌کند. مردان در آتش حسرت و غم، افروخته و مشتعل، خود را هلاک می‌کنند فقط برای آن‌که توان گریستن از آنان برگرفته‌اند چرا که مردانه نیست. و زن را آموخته‌اند که شیون و زاری کند که این کار، کاری است فقط

در خور زنان و شایسته ایشان. پس حتی آن‌دم که نیازی نیست نیز هم‌چنان می‌گریند. چه سامانه باوری! اینان می‌گریند و از آن چون ترفند و تدبیری برای اغواگری سود می‌جویند. زنان سخت آگاهند که در آوردگاه دلیل و برهان چنان بخت و توانی در پیروزی بر شوی‌شان متصور نیست و آن‌گاه آب دیده را چون جنگ افزاری به دیده روان می‌کنند و به راستی چه کارآمد افزاری! مردان به راه خویش تباهند و نمی‌گریند و زن به راه دیگر تباه است و می‌گرید و سرشک خود را چون تدبیر و سیاستی برای استیلا یافتن به کار می‌برد و آن‌گاه که آب به دیده آوردن آمیخته به حیله و نیرنگ و سیاست گردد، آن چشم‌ها دیگر حسن و جمالی ندارد و نفرت‌انگیز است.

و این لایه، پرده ای است که به دشواری می‌توان از آن رها شد. شما را مسلکی سیاسی و مرامی آیینی است و هزاران هزار چیز دیگر که در ذهن‌تان بر هم انباشته گشته و چنان پاره‌ای از هست‌تان گردیده که نمی‌اندیشید آنان نه از شما که آرایه‌ای بیش نیستند. باید که این سامانه‌ها را رها کرد، پس آن‌گاه درک و دریافت سر برمی‌کشد و تمایل به کشف ناشناخته‌ها در درون‌تان شعله‌ورشده و معصومیتی ناب جلوه می‌کند و آن‌گاه پوشیده و لبالب از احساس اعجاب و اسرار می‌گردید. زندگی دیگر همانی نیست که بود. زان پس سراسر ماجرا و مخاطره است؛ چندان مرموز و اسرارآمیز می‌نماید که هرچه بکاوی پایانی برایش نخواهد بود و در این میانه تو دیگر خالی از هر انگاره‌ای و در حالی از ندانستگی، و این حال همانی است که استادان ذن سخت بر آن پای می‌فشرند. و فی‌الواقع اگر استادان بلندمرتبه سراسر عالم بر سر نکته‌ای اتفاق نظر داشته باشند، همانا مرتبه ندانستگی است و دمادم غرقه بودن در آن حال و مقام. اگر از سر اتفاق از چیزی خبر یافتی و از آن باوری مساز. باورها را رها کن و کناری نِه. آن را به گرد خویش پیله مکن. و اگر جز این کنی دیر یا زود چندان نفوذناپذیر خواهی شد که دیگر زندگی برایت دست نیافتنی خواهد بود. پس هماره کودک‌واره باش و آن‌گاه ارتباط و گفتگو امکان‌پذیر خواهد بود. آن‌دم که دو تن در پایه‌ای از ندانستگی به گفتگو می‌نشینند، به راستی به دیدار هم شتافته و سفره دل گسترده‌اند. چیزی سد راهشان نیست و آنان را باز نمی‌دارد. تنها آن‌دم قادر به درک سخنم هستید که در آن پایه از ندانستگی باشید چرا که من هماره در

آن حال مستغرقم. راز دل گفتن با من آن‌گاه میسر است که سامانه باورهای خویش را رها کرده باشی و به هر راهی جز این، آن سامانه‌ها مانعی بر سر راه خواهند بود.

صافی سوم و سومین لایه، منطق و برهان و استدلال ساختگی و دروغین است، منطق‌نمایی و توجیه و تحلیل است که جملگی را به عاریت گرفته‌ایم. حتی یکی از آن‌ها نیز تجربه‌ای نبوده که به تمامی از آن تو باشد و بتوان اصیلش شمرد بلکه نوعی مایه مسرت و رضایت خاطرند. بر آنی که منطق پیشه‌ای، اما با بر هم انباشتن برهان‌ها و حجت‌های عاریتی نمی‌توان تو را اهل منطق دانست. عقل و خرد راستین تنها آن‌گاه سر برمی‌آورد که به وادی خردپیشگی گام نهاده‌ای و به یاد داشته باش که فرق است میان اندیشه‌ورز و آن کس که او را خردپیشه می‌نامم. اندیشه‌ورز در پس منطق و برهان دروغین خویش پنهان است. دلایل او شاید بسی معقول و منطقی جلوه کند اما هرگز موافق عقل سلیم نخواهد بود. دلایلش جز فریب هیچ نیست. این حکایت را گوش دهید:

آورده‌اند که مردی در حال غرق شدن فریاد می‌زد: «کمک، کمک، شنا کردنن نمی‌دانم.» سال‌دیده مردی که به آسودگی بر کرانه رود نشسته بود جوابش گفت: «من نیز نمی‌دانم اما چون تو بر سر آن جنجال نمی‌کنم. حالا بیا از سر منطق و عقل با هم سخن بگوییم، چرا چنین هیاهو می‌کنی. تو شنا نمی‌دانی من نیز ندانم. پس آرام بگیر.» اما تو بر کرانه نشسته‌ای و آن مرد در رود است و حال و هوا بسی دگرگون. سیاق کلام چیز دیگری است. آن‌دم که بودای فرزانه سخنی می‌گوید تو نیز می‌توانی دیگرباره آن را باز گویی اما فحوای کلام همان نخواهد بود و چیزی دیگر است. آن‌چه در این میانه اهمیت دارد جان کلام است و حال و هوایی که سخن در آن به زبان رانده می‌شود نه کلامی که به زبان می‌آید. اهمیت نه در آن است که می‌گویی بل در کیستی توست. من همان واژه‌هایی را به کار می‌بندم که تو نیز اما معنای آن واژه‌ها همان نخواهد بود و نمی‌توانند چنین باشند. آن‌گاه که من کلامی بر زبان جاری می‌کنم این «من» هستم که آن را ادا می‌کنم و آن‌گاه که تو می‌گویی این «تو»یی که بدان معنا بخشیده‌ای. واژه‌ها همان است اما از آن‌جا که از دو فضای دیگرگون می‌آیند، معنایی دیگرسان، مفهوم ضمنی دیگر، طعمی متفاوت و نوای موسیقیایی دیگرگونه‌ای دارند. خرد و عقل راستین تنها آن‌دم سر برمی‌کشد و جلوه می‌کند که منطق‌نمایی وانهاده شده است. خرد

راستین چه می‌تواند باشد؟ کارل یاسپرز از آن تعریفی به دست داده است به غایت کمال. می‌گوید عقل و خرد یعنی وضوح، یعنی آشکارگی؛ عقل یعنی نقبی به ژرفای وحدانیت. عقل از منطق و قضایای آن و مقولات قوه فهم سود می‌جوید تا به فراسویشان گذر کند. عقل را غایت شکوفایی فرزانگی معنا کرده‌اند لیک منطق و برهان دروغین این چنین نیست، که باید از هرچه دروغین است حذر کرد. صافی‌ها همارە از آن‌چه جعلی و دروغین است زاده می‌شوند و آن‌چه حقیقی است و راستین همواره دری را مانده است و پلی.

لایه چهارم احساساتی‌گری و شورمندی است که آن نیز حسی کاذب است. هیاهوی بسیار بر سر هیچ، داد و قالی بس عظیم. ذهن زنان در این کار بسی آزموده است. در این لایه نمی‌توان حقیقتی یافت که مالامال از تهی است و ظواهر آن را پوشانده. غم‌خواری و دل‌نمودگی عاجزانه و از سر ناتوانی است. توان برآوردن کاری از آن ساخته نیست. اگر دوستی بر بستر بیماری افتاده باشد بر بالینش به زاری می‌نشینی که او را چاره ساز نخواهد بود. خانه در آتش است و فریاد می‌کنی و آن نیز مددی نیست. بایسته است که این حس کاذب را پیدا کرد و رد آن را گرفت و جز این هرگز به درک حس واقعی نخواهید رسید. حس واقعی آن‌دم است که خود را در کاری ملزم سازی و درگیرش شوی. درد آشنایی و یک‌دلی است و نه ترحم و ابزار دلسوزی. حس حقیقی در دست به کار عمل شدن نمود می‌یابد. هر آن‌دم که چیزی را به واقع در قلب و عمق جان خویش حس کردی، آن حس غریب، سراپا دیگرگونه‌ات می‌کند. حس فوریتی چندان تو را برمی‌انگیزد که در تمنای کنش سر از پای نخواهی شناخت. و محک و معیار احساس راستین خویش را در دگرسان گشتنش به عمل، سنجه خواهی کرد. اگر هر حسی که در خویش یافتی تنها در حد احساس جلوه کند و عملی از درونش تراویدن نگیرد بدان که حسی بس کاذب است و تو در کار فریب خویشتن یا کس دیگری. هرگز نمی‌توان بر دل خود پا نهاد و اگر چنین کنی باید دلی دروغین داشته باشی که دلی است کذّاب و لافزن. همان‌گونه که مردان در این لایه چیره‌دستند، زنان در این لایه بسی خبرگی یافته‌اند.

پنجمین لایه، غرایز تباه شده و فساد یافته است، واپس‌زدگی است و از شکل افتادگی. از آموزه‌های گورجیف است که می‌گفت همه مراکز انسانی نیم‌نیمه روی هم افتاده‌اند و در جای مناسب قرار گرفته و در کار هم مداخله می‌کنند و متجاوز به حریم یک‌دیگرند و تو در این آشفته بازار حیران و پریشان به تماشا مانده‌ای. هر

مرکزی در کار خویش بسی زیبا جلوه می‌کند اما دریغ از آن‌دم که در کار دیگری به دخالت برخیزد که مصیبت‌ها به میان خواهد آمد. و زان پس تمامیّت فرد روان‌رنجور خواهد گشت. برای مثال اگر مرکز جنسی در قالب همان مرکز فعال باشد به غایت نافع و مطبوع است اما مردمان چندان آن را سرکوفته‌اند که این مرکز در بیش‌تر آنان دیگر در اندام‌های تناسلی‌شان جای ندارد، جایی دیگر مأوا کرده و در سر آن‌ها سکنی گزیده است، و مرادم از هم‌پوشانی همین است. آنان از میانه سرشان عشق می‌ورزند و از این روست که بدین پایه سخت گرفتار هرزه‌نگاری و دیداری‌گری گشته‌اند و رؤیاپردازی می‌کنند. حتی دیدن تجزّی مرکزها نیز سخت دشوار است و مشکلات آن‌گاه از راه می‌رسند که این‌گونه‌گون مرکزهای جدا از هم مانع کار یک‌دیگر شوند که در آن حال، تمامیت انسانی به آشفتگی و پریشان‌حالی مبتلا خواهد گشت و اوضاع و احوال را در نخواهد یافت که از چه روی چنین گشته است.

عشق‌ورزی را می‌توان آن‌دم دگرسان کرد که در مرکز خود محدود و مقید باشد. ای میانه سر راهی برای دگرسان کردنش نیست. آن‌جا را پایگاهی دروغین ساخته است و در ناخودآگاه‌تان پنجه درانداخته که سخت می‌توان ریشه‌کنش کرد. بنگرید و تأمل کنید و به نظاره بیشینید. اجازه دهید تا سر در مقام عقل به کار خویش پردازد. بگذارید که احساس در دل مأوا کند. و عشق از منزلگاه خود شعله‌ور شود. اجازت دهید تا همه‌چیز به راه خویش در کار باشد. نگذارید ساز و کارهای‌تان درهم ممزوج شوند و به هم آمیزند که به هر راهی جز این غرایزتان به راه تباهی خواهند بود. آن‌گاه که غریزه‌ای موافق طبع راستین‌اش در کار باشد و خودجوش، و بی‌هیچ نهی و منعی، روشنی در تن‌تان خواهید دمید و هماهنگی در کالبدتان رخنه خواهد کرد. همهمه‌ای پرشور و نوا اندام‌تان را مترنم خواهد ساخت.

این پنجمین لایه نیز در حیطه چیره‌دستی مردان است. و ششمین، حس شهود تباهی یافته است. پدیده خارق‌العاده‌ای را شهودش نام نهاده‌اند و ما یکسره از آن بی‌خبریم. غافلیم که می‌توان دل‌آگاهانه نیز زندگی کرد. چرا که دل‌آگاهی در ششمین لایه قرار یافته و آن پنج لایه دیگر چندان ستبر و متکاثف‌اند که حتی نمی‌توان در آن ششمین، گمانه زد. حس شهود به تمامی متفاوت از پدیده عقل است. عقل را ساز و کاری است برای رسیدن به استنتاج. حس شهود را می‌توان چون به یک‌باره از جای جستن مانند دانست و به سان

جهشی کوانتومی است. با هیچ راه و روندی آشنا نیست. بی‌هیچ پردازشی به نتیجه‌ای که بایسته است دست می‌یابد. آن‌دم که عقل از کار باز می‌ماند و پای پس می‌کشد حس شهود و دل‌آگاهی است که زمام کار را به دست می‌گیرد و همه فرهیختگان و عالمان بدین حقیقت واقف‌اند و معترف که همه کشفیات و دست‌آوردهای بزرگ عالم علم نه از طریق عقل که به راه دل فرادست آمده است.

مادام کوری سه سال پیاپی همه توان فکری و بضاعت علمی خود را برای حل مسأله‌ای طلب کرده بود و از هر راهی که برای گشودن معضل خویش پای پیش می‌گذاشت جز شکست و ناکامی او را نصیبی نبود. تا شبی که به خواب رفت و آن‌چه بر او گذشت رأیش را استوار کرد که آن حال، حالی بوداگونه بوده است. روایت می‌کند، «سه سال از عمر خود را در پی یافتن نتیجه بی‌هیچ حاصلی از کف داده بودم و چنین می‌نمود که جد و جهدم یکسره عبث است و بیهوده و باید دست از آن بشویم.» و آن شب چون خواب‌گردان از بستر برخاست و به سوی میزش رفت و پاسخ مسأله بر کاغذ نوشت و آن‌گاه به بستر بازگشت و سر به بالین نهاد. فردای آن شب حتی یادی از آن واقعه در خاطرش نبود و با این حال جواب بر میز بود و کسی دیگر نیز به اتاق راه نبود و دیده نمی‌شد و حتی اگر این گمان نیز متحمل می‌بود که کسی در اتاق بوده باز هم امکانی بر این پاسخ متصور نمی‌بود. چرا که او در مقام یکی از بزرگ‌ترین اندیشمندان دوران خود سه سال از عمرش را بر سر یافتن پاسخ نهاده بود. اما هیچ‌کس نبود و پاسخ هم‌چنان جلوه می‌فروخت. و آن‌گاه بر اعجاب و شگفتی‌اش افزوده گشت. خطی که بر کاغذ می‌دید دست‌نوشته خود او بود. ناگاه رؤیایی بر او آشکار گشت و پرده‌ای کنار زده شد. به خاطرش آمد که گویی در رؤیا می‌دیده است که از خواب برخاسته به پشت میز رفته و چیزی نوشته است. در اندک زمانی آن‌چه بر او گذشته بود عیان می‌شود. و این دانشمند از دری به جز در عقل به جواب رسیده بود که در شهود است و دل‌آگاهی و ما از سر غفلت آن را به ورطه تباهی کشانده‌ایم.

دل‌آگاهی در مردان سراسر تباه است و در زنان اندکی بر جای مانده و این همان حالی است که زنان گاه در دل خویش الهام می‌یابند و این الهامی که به دل می‌افتد تنها پاره خردی از شهود است. زن را توان اثباتش نیست. قصد پرواز با پرنده آهنین بال دارید و همسرتان به یکباره رأیش دیگرگون می‌شود که نخواهد رفت و

شما را نیز اجازه رفتن نخواهد داد، و شما در این پندار خواهید بود که این دیگر چه مهملی است. بسی کار انجام ناشده در پیش دارید و همه‌چیز را به سامان کرده‌اید و باید عازم شوید و همسرتان نخواهد گذاشت! و سپس روز بعد در روزنامه می‌خوانید که هواپیما را ربوده‌اند یا به دریا افتاده و مسافران آن یکسره مرده‌اند و زن نمی‌تواند باز گوید که چه‌سان از این واقعه می‌دانسته است؛ هیچ راهی نیست. فقط الهامی بوده که به دل افتاده؛ حسی پنهان در ناخودآگاه. اما آن حس را نیز تباه کرده‌ایم. آن‌دم که آن پنج پرده سستی گیرند و از میان برخیزند و تو پندار عقل خویش رها کرده باشی ـ چرا که تو را آموخته‌اند که عقل معبری است که باید از آن به هر فرجامی رسی ـ آن‌گاه که وسواس فکر و عقل خود را فرو نهاده‌ای، حس شهود به گل نشسته شکوفا می‌شود. زان پس این حس غریب دیگر چون الهامی در دور دست نخواهد بود که از سر اتفاق پدیدار شود. منبعی است که دمادم در دسترس‌تان است. می‌توانید چشمان‌تان را برهم نهید و به درونش شوید و طریق درست را فرا چنگ آورید. هماره خواهید توانست تا درون انرژی شهود خویش را بکاوید و در همه حال آن‌چه صواب است در آن بیابید و این همان است که مشرق زمین، پیر باطن و مرشد درون نامیده است و به مجرد آن‌که شهود، کار خویش را آغاز کند نیازی نخواهد داشت تا در طلب راه دست نیاز به مرشدی غیر از درون خویش دراز کنی.

و هفتمین لایه و پرده آخر از مایه‌های فریب و کذب، نفس دروغین است، همان است که «من» می‌نامیمش؛ یاوه‌ای است که تو را بی‌همتا و بی‌نظیر و موجودی استثنایی می‌داند. فریب‌کاری که از هست راستین تو هیچ نمی‌داند و تو را به راه تباهی می‌کشاند. پس آن‌گاه دیگر توانی در گوش دادن به حقیقت در تو نخواهد بود. و این هفتمین لایه است، حسی دروغین اما بی‌گمان در عمق باورها از خود و خویشتن. با دریده شدن این پرده، مرحله بقا، به فردیت راستین خود خواهی رسید و آن‌گاه که فردیت حقیقی خویش را یافتی گام نهادن به نا ـ بودش راستین، تو را امکان‌پذیر است. از فردیت حقیقی، بقا، به فنا خواهی رسید و در آن دم است که خواهی توانست هست خود را به ذات ربوبی عرضه کنی.

سادگی

چه معنایی در پس واژه سادگی نهان است؟ سادگی یعنی زیستن بی‌هیچ آرمانی برآمده از پندارهای وهم‌آلوده ذهن. ایده‌آل و آرمان‌های ذهن موجد پیچیدگی و در ـ هم ـ تافتگی روان از همان دقیقه حرکت خود را در عمق آگاهی‌ات آغاز می‌کند. آن‌دم که دل‌بسته خیال می‌شوی که کس دیگری را مانند شوی، پیچیده و در ـ هم ـ تافته خواهی شد. خرسند بودن به باشندگی اکنون خود، همانا سادگی است. آینده و در پندار زمان‌های دیگر بودن در ـ هم ـ تافتگی را با خود به همراه می‌آورد. آن‌گاه که به تمامی در لحظه اکنون بودی بدان که در غایت سادگی هستی. گذران عمر کردن در تهی‌دستی سادگی نیست، که پنداره‌ای بس ابلهانه است از آن روی که آن که تنگدستانه می‌زید و آن را بر خویشتن تکلیف می‌کند هرگز ساده نبوده و معنای سادگی را غوطه نخواهد زد، که ریاکاری بیش نیست. معنای نیاز به تحمیل فقر در این است که او در انتهای هست خود به تمامی رودرروی آن به اعتراض ایستاده است؛ که در غیر این حال از چه روی باید نیازی به تحمیل باشد؟ تو سلوک و منشی را بر خویش اجبار کرده‌ای از آن روی که در پوشیده‌ترین پرده‌های وجودت خوی دیگری در جوشش است. آن کس که غضب‌آلوده و خشماگین در تو نظر می‌کند، شفقت و نرم‌دلی را آرزومند است و آن دیگری که به خروش آمده و پرخاشگرانه می‌تازد در پی آن است که او را چنین ننامند. اگر تندی و خشونت را در تو راهی نیست دیگر چه نیازی است که پرخاشگر نباشی. آن کس که تهیدستی را بر خویشتن اجبار می‌کند می‌کوشد با آن‌گونه که پسند دیگران است زندگی کند و او را با نهانی‌ترین هسته وجودی‌اش کاری نیست و خودانگیختگی‌اش را وقعی نمی‌نهد. و زیستن به خواست و میل دیگران هرگز سادگی و ساده بودن را در پی نخواهد داشت و آن‌گونه زیستن جز تقلید زندگی هیچ نیست. حیاتی است که دیگران قالبش را می‌زنند و بدان شکل می‌دهند. همواره در سطح زندگی، متظاهرانه به چیزی خود را وانمود خواهی کرد و در عمق هستی خویش در طلب چیز دیگری و اهمیت در آن ژرفاست و آن‌چه در سطح نمود می‌یابد را هرگز نمی‌توان به حساب آورد. در سطح و ظاهر چون پارسایان به کاری و در باطن، گنه‌آلوده و زشت‌کار و این بطن و ژرفای توست که سرنوشتت را رقم می‌زند زیرا ذات ربوبی تنها با

درونت در تماس است و با آن مجاور. کائنات فقط در این دانستگی است که تو که هستی و هرگز با آن‌چه بدان شهره‌ای آشنا نیست. تمامیت هستی از آن‌چه در ظاهر می‌کنی یکسره بی‌خبر است. شاید به ادعا بنشینی که قدیسی کبیری اما «هستی» از آن هیچ نمی‌داند چرا که آن‌چه دروغین و ناراست می‌نماید در جوهره آن راه ندارد و او را با آن کاری نسیت. ناراستی‌ها در خارج از هست متعال در کنش‌اند و روی می‌دهند، و او تنها حقیقت و وجود حقیقی تو را می‌شناسد.

سادگی یعنی «خود» بودن و به تمامی پذیرا گشتن هستی خویش بی‌هیچ ایده‌آل و آرمانی. ایده‌آل‌هایی که هر لحظه به رنگی و نشانی جلوه می‌فروشند و پدیدار می‌شوند، پژواک‌هایی از جامعه تباهی یافته است. و ساده بودن را شهامتی می‌طلبد بی‌کرانه. و آن پردلی از آن‌روست که تو پیوسته تمرد پیشه کرده‌ای و سر به طغیان داری. باید دلیرانه در این راه گام نهاد چرا که دیگر در آن جمع تباهی گرفته پیرامونت نخواهی بود و هماره بیگانه‌ات می‌خوانند. لیک ساده خواهی بود و سادگی را وجاهتی است به غایت کمال. و از آن لحظه است که دیگر با خویشتن خویش یک‌دلانه و هم‌ساز خواهی بود.

درونت را تعارضی به رنجه نخواهد افکند و تو را گسستگی در میان نیست. آرمان‌های ذهن، بن‌مایه‌های آن‌گسستند. آرمان هرچه سترگ‌تر، آن گسست فراخ‌تر خواهد بود. و آرمان یعنی جایی در زمانی دیگر، در این زندگی یا در باز زادی دیگر، شاید پارسایی کبیر گردی حال آن که اکنون زشت‌کاری بدخوی بیش نیستی. و آرمان تو را نیرو می‌دهد تا هم‌چنان امیدوارانه چشم انتظار باشی، یاریت می‌کند تا در ایمانت به ظاهر خود سخت استوار بمانی که فردا روزی دیگر است و روزگاران به کام، که فردا آنی خواهد بود که بایسته‌ای و امروز را که بایدت تاب آوری و می‌توان نادیده از آن گذر کرد. می‌توان امروز را اعتنایی نکرد وآن حقیقت موعود فردا از راه خواهد رسید. اما فردایی نخواهد بود. همواره تو را امروز است و آن کس که در وهم آرمان‌های خود زندگی می‌کند پیوسته و دمادم حقیقت آن را از دست می‌دهد چرا که حقیقت این‌جا و اکنون است. ساده بودن یعنی بودشی در این‌جا و اکنون؛ چون درختان در این‌جا و اکنون حضوری ناب داشتن. آرمان‌ها معماران آینده‌اند و سخت در کار برپا داشتنش و معنی سادگی را هرگز نمی‌توان در نهان‌خانه آرمان‌ها جای داد و پنهان کرد چرا که سادگی از آرمان‌ها راده نخواهد شد.

زنهارت می‌دهم که آرمان است که تباهت کرده و در ـ هم ـ تافته‌ات ساخته و اینک از هم‌گسسته‌ای و دو تن در درونت در جدال‌اند. یک آن که تویی و دیگری آنی است که در پی شدنش هستی، و این دو بی‌وقفه در نبردی خونریز در کشاکش‌اند. و آن‌دم که تو با خویش به جدالی، آن که پرخاش‌گر است می‌کوشد خود را چیزی دیگر بنماید، زشت‌رویان سخت در پی زیبایی‌اند و به راستی که این رشته را پایانی نیست. آن هنگام که بی‌وقفه در تقلایی و به جان می‌کوشی با چیزی دیگر شوی که اکنون نیستی، توان خویش را در این جدال بیهوده از کف می‌دهی و انرژی‌ات هرز می‌رود و رنجه خواهی شد؛ و آن‌گاه که نیروی حیات در تو غلیان و لبالب است خویش را سرزنده و طربناک و جوان می‌یابی. و به چهره مردمان بنگر که چه دل‌مرده‌اند و ملال‌انگیز. چشمان‌شان را نظر کن که برق و جلای خود را از دست داده و دیگر عمقی ندارد. حضورشان را دریاب که هیچ تابناکی و تابندگی در آن پدیدار نیست و هیچ جریان لرزه‌افکن انرژی از وجودشان ساطع نخواهد بود؛

هرگز. بل این احساس در تو هردم شدت می‌گیرد که گویی آنان چون خون‌آشامان پلشتی یافته انرژی‌ات را می‌مکند و به درون خود می‌کشند و حفره‌های تیره‌ای را مانند‌اند که از نیروی حیات تو بهره‌ها می‌گیرند. آن‌دم که به اجبار دلیلی در کنارشانی چنان است که خویش را بس تهی و بی‌روح خواهی یافت و بدین‌خاطر است که هرگاه به میانه جمعی روانه می‌شوی و باز می‌گردی خسته و از پای افتاده‌ای، تاب و توان از دست داده‌ای و باید لختی بیاسایی. چرا؟

چرا پس از بودن در میان جمعیتی چنان که گویی چیزی را از کف داده‌ای و یقین بدان که چیزی را از دست داده‌ای زیرا آن جماعت جز حفره‌های تاریک هیچ نیست و جماعت هرچه بی‌خردتر باشد سخت‌تر حمله می‌برد و هجوم می‌آورد و فرسوده‌تر می‌شوی. بدین سبب است که هرگاه در خلوتی به سکوت نشسته‌ای و با کسی نیستی و تنهایی خود را شادمانه به ستایش برخاسته‌ای، جان تازه می‌یابی و دیگرباره جوان می‌شوی. و بدین‌خاطر است که با مراقبه جوان‌تر می‌شوی و دیگران مطبوع‌ترت می‌یابند. تو با بیکرانگی هستی چیزی را سهیم می‌شوی. انرژی‌هایت دیگر یخ‌بسته و فرومرده نیستند که چون رودی خروشان روانه می‌شوند و تو چون ستارگان پای در رقص کیهان خواهی گذاشت و خورشیدی در وجودت طلوع

می‌کند. اما در ازدحام توده‌ها همواره چیزی را گم می‌کنی و در مراقبه باز می‌یابی. چرا؟ به راستی چه رویداد شگرفی در مراقبه روی می‌دهد؟ در مدی‌تیشن ساده می‌شوی و سادگی لازم است. دیگر دل‌نگران آینده نخواهی بود و تو را با آن کاری نیست. و همه حرف و حدیث مراقبه در این است: دغدغه خاطر گذشته و آینده را رها کن و در این‌جا و اکنون بودن. تنها این «لحظه» هستی یابد که در آن به تماشای برآمدن آفتاب بنشینی یا سپید ـ پاره ابری شناور در پهنه آسمان را نظاره کنی و یا فقط در سکوت با تک درختی به خلوت بنشینی و راز دل بازگویی، یا شاهد پرواز پرنده‌ای در باد باشی که بال گسترده است، آن‌دم که یاد گذشته و میل آینده را یکسره به طاق نسیان سپردی و لحظه حال بر تو مستولی شد و تصرفت کرد و آن لحظه به تمامی تو را در خود غرقه کرد دیگرباره جوان خواهی شد و جان تازه‌ای در هستی‌ات دمیدن خواهد گرفت. می‌دانی چرا؟ آن شکاف از میانه وجودت برمی‌خیزد، شکافی که از برهم چیدن آرمان‌هایش پدید آمده. آن‌دم که در آن «لحظه» قرار یابی، یکپارچه خواهی شد و انسجام خود را باز می‌یابی.

سادگی، پنداره آرمان‌ها نیست و نباید آرمانی‌اش شمرد. نمی‌توان سادگی را بر خویش تکلیف کرد و بدین‌خاطر است که هرگز کسانی چون ماهاتما گاندی را ساده ندانسته‌ام، که سادگی را در آنان راهی نیست و نمی‌توانند ساده باشند. سادگی آرمان‌شان است. در تلاش‌اند تا آن را به کف آورند و بدان نائل شوند. سادگی آرمان و غایتی است در دوردست و در آینده‌ای نامعلوم و آنان در جد و جهدی بلیغ و تلاشی سترگ برای رسیدن به آن‌اند. چگونه می‌توان با زورورزی به سادگی رسید و آن را خلق کرد؟ سادگی همین اندازه است که تو فارغ از هر کوششی بخواهی با مدد خواستن از آن هست برین تعالی یابی.

هستی آن‌چنان که هست در کمال است و بی‌نقصان و هیچ بهبودی را در کار خود نیاز نیست. آن به اصطلاح پارسایان با یاری طلبیدن از خود در صدد بهبود احوال خویشند و دمادم در اندیشه‌اند که این را رها کن، آن را فرو گذار، آن دیگری را سرکوب کن و این یک را اجبار؛ این قبیح است و آن‌دگر خوب، جد و جهدی بی‌پایان. و در این زورورزی مغلوب می‌شوند و بازنده این کارزارند. سادگی کیفیتی است آکنده از سهولت و بی‌تلاشی. سادگی همانا فروتنی است و نه آن فروتنی که در برابر خودبینی از آن یاد می‌کنند، نه آن فروتنی و افتادگی که با ذهنن مغرور در ضدیت است. فروتنی را با نخوت نفس کاری نیست و به مقابله‌اش

نمی‌شتابد. فروتنی فقط یعنی نبود و فقدان نخوت. همت کنید که این نکته را دریابید. اگر فروتنی‌تان بر ضد و مخالف خودپسندی‌تان است، اگر سخت در تلاشید تا خودبینی‌تان، مَنِ‌تان و کبرتان را رها کنید بدانید تنها کاری که به آن دست یازیده‌اید سرکوب خویش بوده است و لاغیر و اکنون به فروتنی خویش غرّه‌ای و عالم و آدم را فخر می‌فروشی که افتاده مردی هستید. این همان اتفاقی است که روی می‌دهد. آن به اصطلاح فروتنان را نظر کنید. بی‌وقفه و پیوسته همگان را از افتادگی خود خبر می‌کنند. فروتن حقیقی از فروتنی خود هیچ نمی‌داند و به راستی چگونه می‌تواند از افتادگی خویش خبری داشته باشد. مرد افتاده دیگر انسانی در معنای متداولی که می‌دانیم نخواهد بود. او در مرتبه «فنا» قرار یافته و فردیتش در انحلال است و اینک تنها حضوری از او باقی است. فروتنی نه خصلت شخصیت که حضوری است تمام و نه ترفندی تردستانه بل حضوری است بی‌شبهه و آنانی که در پیرامونت‌اند حضورش را درمی‌یابند لیک تو خود ناتوان از درک آنی.

احوال سادگی نیز چنین است. سادگی را می‌توان زیستن نیندیشیده و خودجوش در تک‌تک لحظه‌ها معنا کرد، زیستی که فلسفه‌ای پی‌اش را نمی‌سازد و آبی است که بی‌فلسفه نوشیده می‌شود. هرگاه بنا بر فلسفه‌ای بنیان زندگی‌ات را پی ریختی بر خود سخت جفا کرده‌ای و خیانت پیشه‌ای و خصم خویشتنی. سادگی آن‌دم است که با خویشتن خویش رابطه دوستی برپا کنی ناگسستنی و از گزند هر پندار و انگاره‌ای رها باشی. سادگی را تهوری نیاز است بس عظیم چرا که اکنون پشت‌گرمی‌ات مدام است و در قطعیتی بی‌گمان زندگی می‌کنی. مردی که با ایده‌هایش زندگی می‌کند همواره در امان است و می‌داند چه خواهد شد و چه خواهد کرد؛ چندان بر این دانستگی است که گویا امر مسلمی روی خواهد داد و راه و رسم پرداختن به آن را نیز نیک می‌داند. بی‌گمان است و بر همه‌چیز در غایت یقین است. اما آن‌که ساده است و آکنده از سادگی فردای خود هیچ نمی‌داند و از دمی دیگر نیز بی‌خبر است زیرا فارغ از گذشته خویش پای در راه عمل می‌گذارد و بازتاب‌هایش برخاسته از حضور و آگاهی اوست. انسان ساده را هیچ خصلتی نیست و همه از آن در ـ هم ـ تافتگان است. مسأله بر سر خوب و بد آن نیست. خصلت‌های نیک است و بد اما جملگی پیچیده‌اند و در ـ هم ـ تافته. آن‌که در سادگی می‌زید عاری از خصلت است. او نه نیک است و نه بد اما چنان جمالی دارد که نیکان و بدان را هیچ بدان راه نیست. و نیک و بد چندان هم از هم دور و نایکسان نیستند که هریک رویه

دیگر یک سکه‌اند. در پس هر انسان نیکی، زشت‌خویی نهان است و هر زشت‌کاری را نیکوسرشت مردی به دنبال است و در عجب خواهی شد اگر بدانی که پارسایان همواره در خواب، خود را آلوده به گناه می‌یابند و اگر به رؤیای آن پارسایان بنگری شگفتی‌ات فزون‌تر خواهد شد و چه خواب‌ها که نمی‌بینند! و ذهن سرکوفته‌شان اینک در غلیان و جوشش است و سخت در کار رؤیا ساختن و گنه‌پیشه‌گان شب را با رؤیای پارسا شدن به صبح می‌رسانند. آن زشت‌کار، خسته از همه پلشتی‌هایی که عمری را در آن سر کرده در زیباترین خواب‌ها سر بر بالین نهاده است. و حال آن پاره‌ای که خود را از آن محروم کرده و منکرش بوده‌اند در رؤیاهایشان لب به سخن گشوده و با آنان به گفتار نشسته است. اینک ضمیر پنهان با تو سخن می‌گوید. ناخودآگاه تو همان پاره‌ای است که در انکارش بوده‌ای. اگر در حال هوشیاری و بیداری‌ات نیکوخصالی، اگر در آن حال پیراسته و مهذبی و کرداری به غایت نیک داری، هر آن‌چه خویشتن را از آن باز داشته و از خود رانده و نادرست خوانده‌ای در ناخودآگاهت انباشته است و بالعکس.

فرد ساده را نه خودآگاه است و نه ضمیری پنهان. هیچ گسستی در او نیست؛ که فقط آگاه است. جسم و جانش منور است و آکنده از روشنی. همه هست او تنها از یک چیز خبر دارد و آن، آگاهی است. چیزی را در انکار نیست و از آن‌روست که ناخودآگاهی را در وجود نیاورده است. این نکته‌ای است که بایدش دریافت. زیگموند فروید، کارل گوستاو یونگ و آلفرد آدلر و دیگر بزرگ اندیشمندان حیطه روان آدمی بر این باورند که خودآگاه و ناخودآگاه پدیدارهایی هستند طبیعی؛ که چنین نیستند. ناخودآگاه را می‌توان چون پیامد جانبی تمدن بشری برشمرد. هرچه انسان متمدن‌تر باشد، ناخودآگاهش فزون‌تر است چرا که تمدن یعنی سرکوب و واپس زدن. سرکوب یعنی پاره‌هایی از هست خود را از تابش نور محروم کرده‌ای و آن‌ها را به سوی ظلمت می‌رانی و به نهان‌خانه جانت پرتابشان می‌کنی تا مبادا روزی به مصافشان روی. آدمیان تمناهای درون، خشم و پرخاشگری‌شان را به درون آن نهان‌خانه انداخته‌اند و در به رویشان بسته‌اند و هر روزنی را سخت گرفته‌اند. اما تمنا و خشم و مانند آن را نمی‌توان محبوس کرد و در به رویش بست که چون اشباح، سرگردانند و به هرسو روان و از هر مانعی توان گذر دارند. به هیچ طریقی نمی‌توان بازشان داشت و منعی در کارشان کرد. اگر بتوانی روزها مانع‌شان شوی، شب‌گیر به سراغت می‌آیند و در خواب‌ها به تعقیبت

می‌شتابند و صیدت می‌کنند و همین ناخودآگاه موجد رؤیا دیدن آدمیان است. هرچه فردی تمدن آموخته‌تر باشد و از توحش بیرون، رؤیاهایش رنگارنگ‌تر خواهند بود و از حد فزون. اگر به میان بومیان و انسان‌هایی روی که با طبیعت آمیخته‌اند ـ که هنوز هم می‌توان قلیلی را در جهان یافت ـ دیگرباره متحیر خواهی شد از آن‌که دریابی رؤیاها و خواب‌هایشان چه اندک است و هر از چندگاه شاید خوابی بینند. سال‌ها می‌گذرد و هرگز سخن از رؤیایی در میان نیست. آنان بی‌هیچ رؤیایی فقط تن به خواب می‌سپارند زیرا طبیعی زیسته‌اند و چیزی از خود نرانده و سرکوب نکرده‌اند. فرد ساده را ناخودآگاهی نیست. او را رؤیایی نخواهد بود اما آن‌که در ـ هم ـ تافته است را هر شبانگاه رؤیایی است.

کسانی چون ماهاتما گاندی شاید در بیداری به پارسایی رسیده باشند و پاک‌دامنی منش‌شان بوده باشد اما صور خیال زشت‌کاری هنوز در رؤیاهایشان جاری است. و او سخت به دنبال جواب این معما می‌گشت و بسی حیران بود چرا که او را در این‌باره آموزشی غلط داده بودند. او در این اندیشه بود که هر آن‌چه مردی را بایسته است تا تجرد پیشه کند و پارسا گردد به انجام رسانده و به راستی که به جان هم کوشیده بود. تا آن‌جا که پای تلاش در میان است هیچ شکی در صداقت او نیست. بی‌هیچ شائبه‌ای به جِد کوشیده است. او هر آن‌چه سنت پیشینیان بوده به انجام رسانده و باز هم جز ناکامی او را نصیبی نبوده است. در ناکامی ماهاتما گاندی ناکامی سنت را می‌توان دید؛ سنت سرکوب و واپس زدن، سنت در انکار بودن و نفی زندگی و سنت تحمیل آرمان‌ها جملگی در تجربه او ناکام بوده و شکست را پذیرا گشته‌اند. زیرا آن‌گاه که تاریکی شب رخنه می‌کند و بال تیره خود را می‌گسترد و آن مرد پارسا در آسودگی چشم برهم می‌نهد ضمیر پنهانش لب به سخن می‌گشاید و آن پاره‌های در انکار شده بازی‌شان را در ذهن او آغاز می‌کنند. همه آن‌چه که خود را از آن محروم داشته به سطح خواهند آمد و این همان حالی است که بر شما می‌رود. اگر روزی از خوراک امساک کنی، در رؤیای شبانه بر سر سفره رنگینی خواهی نشست و آنانی که همواره روزها در جشن و سرورند و در ضیافت، شاید در پندار روزه‌داری بیفتند. و بدین‌خاطر است که فقط در ممالک غنی مردمان در اندیشه رژیم غذایی و امساک‌اند و بدان علاقمند. اکنون فقط آنان که در ینگه دنیا زندگی می‌کنند در رژیم

غذایی‌اند و سعی در امساکم دارند. کشور مسکینان و فرودستان هرگز به دنبال خودداری از غذا نیست که همواره در امساک است و آن را قوتی است لایموت.

انسان ساده را رؤیایی نیست؛ ناخودآگاه ندارد. انسان ساده، ساده خواهد بود و زندگیش را بی‌هیچ پنداری برای چگونه بودن، لحظه به لحظه خواهد گذراند. در پی فلسفه‌ای در زندگی‌اش نیست. به بصیرتش ایمان دارد و شعور کیهانی ممد یار و نوری است فرا روی او، و با چشمانی گشاده از انوار معرفت راه را خواهد یافت. برای ورود به دنیای درون و راز و رمز آن بایسته است تا در شعور لایتناهی کیهان پناه جست و بدان تکیه کرد که فلسفه‌بافی‌های بیهوده زندگی را در آن راهی نیست. و پاره عظیمی از انسان‌ها از آن شعور و خرد بی‌بهره‌اند زیرا بر آن فلسفه‌بافی‌ها تکیه کرده‌اند. بار دیگر در کرانه یادها چیزی را یادآور می‌شوم که اهمیتی دارد بی‌کرانه. هر کودکی با آن خرد زاده می‌شود و آن‌گاه سری، خود، نفخه‌ای از زندگی است و حیات آکنده از آن. اگر زنده‌ای بدان که سرشار از آن شعوری لیک هرگز آن را تکیه‌گاه خود نساخته‌ای و مرفت کیهانی آرام آرام از زندگی‌ات پای پس کشیده است و از نظر دور گشته. اگر پاهای خویش را به کار نگیری توان دویدن از دست خواهی داد. اگر با چشمان خود جهان را ننگری و سه سالی چشم‌بندی بر چشم نهی نابینایی‌ات حتمی است. تنها آن‌دم می‌توان حس‌های خود را زنده نگه داری که هر لحظه و پیوسته به کارشان بندی. شعور و خرد نیز پدیده‌ای است بس طبیعی.

انبوه بی‌شماری از آدمیان همه عمر در نادانی و بی‌خبری جان‌های خاموشی گرفته خود را شتابان و بی‌هدف از کویی به گذری دیگر تباه‌تر می‌کنند اما در آغاز، شعله خرد کیهانی در وجودشان فروزان بود. پس چه بر سرشان رفته؟ زمانی که کودکی بیش نبودند پدر و مادر خویش و هدایت‌شان را یکسره اعتماد کردند. در یک دنیای مناسب‌تر، اگر والدین به راستی کودکان‌شان را عشق می‌ورزند و او را دوست می‌دارند، او را می‌آموزند تا به شعور ازلی خود تکیه کند. در یک دنیای شایسته‌تر، پدر و مادر، کودک‌شان را یاری خواهند کرد تا به مجرد آن‌که امکان یافت به خود متکی شود و از وابستگی رها و مستغنی به وجود خویش باشد. اما باید کودک را به دست معلمان مدرسه سپرد و به آن‌ها اطمینان کرد و آن‌گاه نوبت استادان دانشگاه می‌رسد و تا آن هنگام ثلثی از عمر کودکان دیروز در این دام‌گه سپری گشته و زمانی که پای از دانشگاه بیرون می‌نهند

یکسره نادانند و شعور کیهانی خود را از دست داده‌اند. ثلثی از عمرشان را آموخته‌اند تا به دیگری تکیه کنند و به او اعتماد داشته باشند و این‌گونه است که خرد و شعورشان را از عمل بازداشته‌اند. به کودکان نوپا بنگرید. چه هوش و فراستی در وجودشان فواره می‌زند و چه اندازه زنده و با طراوت‌اند و توان یادگیریشان را حدی نیست و هر لحظه در پی آموختن‌اند. و حال، آدم‌های بزرگ را نگاه کنید که چه کند ذهن‌اند و دیرفهم و در پی یادگیری چیزی نیستند و به آن‌چه می‌دانند سخت چسبیده‌اند، شناخته‌ها را چنگ زده‌اند و هرگز آماده سفر به ناشناخته و ماجرا نخواهند بود. در یک عالم برتر، والدین همه همت و تلاش خود را وجهه آن خواهند کرد تا کودکان‌شان بر ساز و کارهای شعور خود تکیه کنند و به آن امیدوار باشند؛ همه کوشش‌های تعلیم و تربیت اگر به راستی در پی آموختن باشد آن خواهد بود تا کودک را وابسته به شعور کیهانی خویش بار آورد و در آن پایه است که او کارکردهایش را به درستی می‌شناسد و شعور خویش را به کار خواهد بست. شاید در آغاز چندان کارآمد نباشد که سخنی درست است. آموزگار شاید جواب درست را در آستین داشته باشدو و اگر دانش‌آموز با پاسخ خود در راه خویش باشد شاید آن جواب چندان معقول نباشد اما مسأله این نیست. جواب شاید درست نباشد، شاید با جوابی که در کتاب‌ها آمده مربوط نشود اما هوشمندانه خواهد بود و هوشمندی در آن موج خواهد زد و گره اصلی کار همین است.

روایت کرده‌اند که معلمی دانش‌آموزان خود را گفت تا تصویر و نگاره‌ای از مسیح بکشند و کودکان در کار تصویرگری شدند و آن مدرسه را مسیحیان اداره می‌کردند و آموزگار درباره مسیح بارها سخن گفته بود. یکی از کودکان تصویر هواپیمایی را نقاشی کرد که شکلی بود سخت خام‌دستانه و بی‌نظم و شباهت دوری با هواپیما داشت و بر آن 4 پنجره نقش بسته بود. معلم که کنجکاوی بی‌تابش کرده بود از او پرسید: «آن مردانی که از پنجره هواپیما بیرون را نگاه می‌کنند کیستند؟» کودک جواب داد: «یکی از آن‌ها خدای پدر است، دیگری عیسی مسیح، پسر، است و سومی روح‌القدس.» معلم، کنجکاوانه‌تر پرسید: «و چهارمی، چهارمی کیست؟ آن 3 نفر را درست می‌گویی اما آن چهارمی؟» و کودک پاسخش داد: »آقای پانتینوس خلبان.»

ممکن است این پرسش را به درستی پاسخ نگفته باشد، نکته در این نیست. اما هوشمندی‌اش را بنگرید. آن معلم هرچه می‌کوشید هم چهارمین کس را در نمی‌یافت. در این‌جا تنها به کودکی نیاز داشت. با داشتن چنین هوش و طراوتی دیگر چه نیاز است تا با بیهوده‌گویی‌های فلسفی خود را رنجه کنیم. فقط کودکان و خرد کیهانی‌شان را بنگرید و دمادم در شگفتی خواهید شد اما مام جز نابود کردن و به تباهی کشاندن آن شعور چه می‌کنیم؟ چرا که سخت دل‌نگران پاسخ‌های درستیم و هرگز اهمیتی برای جواب‌های زیرکانه قائل نبوده‌ایم. دلواپسی‌مان واهی است و باید در پی پاسخ‌های داهیانه بود. باید اجازه داد تا جواب از درون جوشش کند. بگذارید تا کودک، خود، جواب خویش را گوید. دل‌نگران راستی و ناراستی‌اش نباشید. شتاب برای چیست؟ راستی و جواب صحیح به خودی‌خود خواهد آمد. کودک را اجازه دهید تا در پی‌اش جستجوگر باشد. اجازتش دهید تا برای یافتن پاسخ بارها بلغزد و خود، یابنده‌اش باشد. این چه شتاب عبثی است که در آن سرگردانیم؟ با فراهم ساختن پاسخ درست، رشد، خرد و هوش او را مانع خواهیم بود. به تمامی آن‌چه در جریان است خوب اندیشه کنید. هرگز کودک را مجاز ندانسته‌ایم تا خود پاسخش را دریابد و همواره آن را در دسترسش گذاشته‌ایم. زمانی که جواب از بیرون فراهم باشد، شعور و هوشمندی‌اش هرگز تعالی نخواهد یافت زیرا ساز و کار شعور چنان است که آن دمی در راه رشد قدم برمی‌دارد که در پی یافتن پاسخ برآمده باشد. اما پنداره راستی و سره بودن چندان فکر و ذکرمان را به خود داشته و در آن رسوخ کرده که از اندیشه‌های دیگرسان غافلیم. هیچ ناسرگی نباید هیچ زمانی روی دهد. چرا نباید روی دهد؟ و انسانی که هرگز خطایی در وجودش راه نداشته هیچ‌گاه رشدی نکرده و نخواهد بالید. رویش و والایش روان نیازمند آن است که شاید گاه به بیراهه روید و در گاهی دیگر سفیهانه عمل کنید اما هماره نو بجویید و در پی اصل چیزها باشید و ای بسا آن چیزها بر خطا باشند و ناصواب اما به همت خود، راستی را دریابید و سره از ناسره باز جویید و آن‌گاه شعور خفته دیگرباره جوانه می‌زند و عطر تازگی را در جان‌تان می‌پراکند.

ساده بودن یعنی آکندگی از شعور و خرد ازلی. سادگی یعنی از هوش بهره داشتن و سپری کردن عمر بی‌هیچ آرمانی، آن‌گاه که هیچ طرح و نقشه‌ای به دستت نباشد. آن‌دم که بی‌هیچ امنیت خاطری لحظه به لحظه زندگی کنی. دل‌نگرانی ما از بابت سرگی و ترس‌مان به خاطر ناسرگی چیزی نیست جز بیمناکی‌مان از

عدم اطمینان. صحت و راستی به ما آسایش می‌دهد و نادرستی آن را سلب می‌کند. ای بسا خروارها پول در بانک داشته باشی اما شاید یک شبه بر بادش دهی. در امنیت خاطر داشتن همسری اما او نیز شاید روزی ترکت کند. حیات آکنده از ناامنی و عدم اطمینان است. امن خاطر. داشتن وهمی بیش نیست که گرد خویش فراز کرده‌ایم. وهمی دنج و گرم، و به واسطه آن وهم غریب، شعور خود را هلاک می‌کنیم و از میان برمی‌داریم.

افسانه «من»

«معنای حقیقی «من» چیست؟ آیا انسانی که به روشنی نرسیده و در ظلمت است در همه حال به واسطه حضور «من» خود دست به کار عمل است یا می‌توان لحظه‌هایی را تجربه کرد که فارغ از آن بود؟»

انسان را مرکزی نیست که جدای از مرکز کل باشد. در همه هستی تنها می‌توان از یک مرکز سراغ گرفت. در روزگاران پیشین و ادوار کهن آن را دائو، دَمَه یا هست متعال می‌نامیدند و اینک باید گرد زمان را از روی‌شان برگرفت و جلا داد. می‌توان آن کل را «حقیقت» نام نهاد. در همه عالم تنها می‌توان پی‌جوی یک مرکز بود و هرگز کثرتی در کار نبوده است، زیرا در هر حالی جز این دیگر نه سپهری یگانه بل عالمی می‌داشتیم چندگانه و در کثرت. به هر سو نظر کنی وحدتی می‌یابی بی‌پایان و از این‌رو عالم را چنین بیگانه می‌یابیم و این عالم را تنها یک مرکز است، هر چند باید قدری در این باب به مداقه نشست.

آن یگانه ـ مرکز همان من است و شما و هر آن کس دیگر که در این کره خاک، او را بی‌گمان حق حیات است. یگانگی مرکز بدان معنا نیست که تو را مرکزی نبوده است بلکه به بایسته‌ترین راه فریاد برمی‌آورد که تو را هیچ‌گاه مرکزی جدا و دیگرسان نیست. اجازه دهید مقصودم را با مثالی روشن‌تر بیان کنم. می‌توان بر مرکزی، بی‌شمار دایره‌های هم‌مرکز ترسیم کرد. اگر بر لب دریاچه‌ای آرام و بی‌موج و شکن بایستید و خرده سنگی به درونش پرتاب کنید با فرو افتادن آن خرده سنگ مرکزی ظاهر می‌شود و از پس آن، بی‌شمار دوایر هم‌مرکز از پس هم تا کرانه دیگر رود گسترده می‌شوند؛ میلیون‌ها دایره هم‌مرکز که همه را مرکزی است یگانه. هر دایره‌ای می‌تواند به ادعا بنشیند که این مرکز در تملک اوست و به تعبیری چنین نیز هست اما به تنهایی از آن او نیست.

«من» با این ادعا پدید می‌آید که آن مرکز در حلقه داشته‌های من قرار دارد و بس و تو را راهی نیست بل به تمامی متعلق به من است و آن، منم. ریشه «من» در پنداره مرکزی جدا از هم نهفته است. آن‌گاه که کودکی زاده می‌شود بی‌هیچ مرکزیتی که آن را از آن خویش بداند پای بدین جهان می‌گذارد. 9 ماهی که در

زهدان مادر سپری می‌کند مرکز مادر را به سان مرکز خویش می‌پندارد و با آن در کنش است. هست دیگرسانی از مادرش ندارد. پس آن‌گاه زاده می‌شود و البته بسی نافع است که بعدها خود را موجودی با مرکزیتی جدا از دیگری در خیال، اندیشه کنیم چرا که جز این ادامه حیات بسی دشوار می‌بود و توان به مبارزه طلبیدن زندگی و به مصاف چالش‌های آن رفتن ناممکن. هر کسی نیازمند انگاره‌ای از وجود خویش است که «من کیستم؟» و شگفتی در این است که هرگز کسی را انگاره‌ای نبوده. در حقیقت کسی را یارای داشتن آن پندار نیست زیرا در نهانی‌ترین هسته وجود، تو سراسر رازی سر به مهری و آن راز را نمی‌توان در گنجه انگاره‌ها در پس انگاره‌ای دیگر قرار داد. در نهانی‌ترین هسته هستی‌ات فردیتی نخواهی داشت و جهان‌گیر خواهی بود. به همین خاطر اگر به روشنی رسیده و بودایی را پرسش کنی که او کیست، سکوتی ژرف را پاسخت می‌یابی. او را بدین پرسش جواب نیست. توان پاسخ گفتن را در خود نمی‌یابد چرا که او اینک هست خود را در همگان می‌بیند و او همه است. اما در زندگی این دنیا حتی بودا هم باید از واژه «من» سود جوید. اگر تشنه شود باید چنین به گفتار درآید که: «تشنه‌ام، آناندا قدری آب بیاور.» اگر بخواهد به درستی سخن گفته باشد باید بگوید: «آناندا قدری آب بیاور، مرکز عالم تشنه است.» اما این سخن اندکی عجیب خواهد بود و نامتعارف که بارها و بارها لب به سخن بگشاید که گاهی مرکز عالم گرسنه است و گاه سرما بر تنش لرزه می‌افکند و گاه آن مرکز عالم را خستگی رنجه کرده است. ضرورتی نخواهد داشت.

پس این‌گونه است که تو آن واژه دیرینه و پرمعنای «من» را همچنان به کار می‌بری. گرچه دروغین است لیک بسی پرمعناست. بسیاری از دروغ‌های ما معنایی در پس‌شان نهان است. مثالی می‌آورم. تو را نامی است و آن فریبی بیش نیست. تو بی‌هیچ نامی بدین جهان آمده‌ای و در گاه زاده شدن آن نام را با خود نیاورده‌ای که آن را به تو داده‌اند و چندان تکرارش کرده‌اند که خود را با آن نام می‌شناسی و می‌دانی که نامت راما، رحیم یا کریشناست و این نام در تو چنان رسوخی یافته که اگر جمع شما سه هزار سانیاسین که این‌جا گرد امده‌اید به خواب فرو روید و کسی پای بدین‌جا نهد و فریاد کند: «راما تو کجایی؟» کسی جز راما آن آوا را درنخواهد یافت. راما خواهد گفت که: «تو کیستی که خواب مرا برهم زده‌ای؟» حتی در ناهشیاری خواب نیز نام خویش را به یاد دارد و آن نام در ضمیر پنهانش پایه‌ای بس بلند یافته که جز فریب نیست. زمانی‌که

می‌گویم فریبی بیش نیست نمی‌گویم که ضرورتی ندارد. دروغی است بایسته و سودمند، اگر جز این بود چگونه می‌توانستی به هنگام نگارش کاغذی برای کسی او را مخاطب خود قرار دهی و او را نامه‌ای بنویسی.

حکایت کرده‌اند که روزی کودکی نامه‌ای به خداوند نوشت. مادرش بیمار بود و پدر نیز سال‌ها چهره در خاک داشت و دنیا را وداع کرده بود و آهی در بساط‌شان نبود و فقر همدم دیرین‌شان بود. پس کودک نامه‌ای خطاب به خداوند نوشت و از او 50 روپیه طلب کرد. زمانی که نامه به اداره پست رسید پستچیان در حیرت آمدند که چه کنند و به کجا نامه را بفرستند؛ بر پاکت نامه، نام خداوند نوشته شده بود. پس در پاکت را گشودند و از روزگار پسرک و احوالی که بر او رفته بود سخت غمگین شدند. بر آن شدند تا مبلغی برای او جمع کنند. پسرک 50 روپیه طلب کرده بود اما آنان جز 40 روپیه، پول دیگری گرد نیاوردند. نامه بعد بار دیگر به نشانی خداوند فرستاده شد و پسرک در آن نوشته بود: «آقای عزیز لطفاً بار دیگر که وجهی می‌فرستید آن را مستقیماً به دست من برسانید و از طریق پست اقدام نکنید؛ مأمورین آن اداره 10 روپیه حق‌العمل برداشته‌اند.» و به راستی که اگر کسی نامی نداشته باشد در رنج خواهد آمد و دشواری‌ها در راهش است.

گرچه کسی در دنیای واقعی نامی ندارد اما افسانه و فریبی زیباست و مددیار، و کسی بیش از من از اسرار آن خبر ندارد زیرا فکر نمی‌کنم در تمام تاریخ انسان‌ها کسی آن اندازه که من نامی برای دیگران مقرر داشته‌ام، در کار نام‌گذاری بوده باشد. این گفته را از من بپذیرید و سخنم را اعتماد کنید. دیگران نیازمند آنند تا برای نامیدن‌تان اسمی به زبان آورند و تو خود، به واژه «من» محتاجی تا خویش را ندا در دهی اما بدان که افسانه‌ای بیش نیست. اگر خود را ژرف بکاوی و در بحر وجود خویش فرو روی خواهی دید که نام‌ها از میان برخاسته‌اند و از پنداره «من» اثری نیست و تنها بودش، هستی و یگانگی در تو بر جای مانده است و آن هست را از دیگران جدایی نیست. آن هست، نه هست «من و تو» بل هست همگان است. صخره‌ها و کوه‌ها، رودها و درختان جملگی در آن هست حاضرند؛ جامع است و همه در برگرفته و حتی ذره‌ای را فروگذار نکرده است. گذشته و آینده و این سپهر بی‌کران به تمامی در آن جای دارند. هرچه بحر وجود خود را ژرف‌تر بکاوی، درک و دریافتت فزون‌تر خواهد شد و درخواهی یافت که فردیت افراد، دیگر هستی ندارد و آن‌چه

هست، همگانیت است و کلیّت. در پیرامون خود، نام‌ها، منها و هویت‌ها همه را احاطه کرده لیک آن‌دم که از سطح و پیرامون به سوی مرکز جهیدن آغاز می‌کنی همه آن هویت‌ها محو می‌شود. پنداره «من» افسانه سودمندی است. آن را به کار بند اما در دام فریبش گرفتار مشو.

«پرسان بوده‌ای که آیا انسانی که به روشنی نرسیده و در ظلمت است در همه حال به واسطه حضور «من» خود دست به کار عمل است یا می‌توان لحظه‌هایی را تجربه کرد که فارغ از آن بود؟»

از آن‌جا که «من» را افسانه‌ای بیش نیست، بی‌گمان تو را لحظه‌هایی است که رها از آن باشی و چون خیال و فسانه است می‌تواند هم‌چنان افسانه بماند مگر آن‌که تو به سراغش روی و آن را برافروزی و در تنورش هیمه بیفکنی و آتشش تندتر کنی. افسانه‌ها را باید سخت پایید و پاسدارشان بود و حقیقت را به پاسداری نیازی نیست و زیبایی آن در همین است. اما سایه‌های خیال را باید دمادم در پایش بود و رنگی تازه بر آن زد و هردمی تکیه‌گاه و دیرکی برای‌شان ساخت و همواره نیز در حال فرو پاشیدن است. آن‌گاه که برپا ساختن کناره‌ای را به پایان می‌بری کناره دیگری آغاز به فرو ریختن و ویران شدن می‌کند و آدمیان همه عمر در این کارند و بدان مشغول و سخت می‌کوشند تا سایه‌های خیال خود را به سان حقیقتی استوار سر و سامان دهند. آن‌گاه که «من» بزرگ‌تر داشته باشی ثروتی فزون‌تر خواهی داشت. اگر قدری یکپارچه‌تر باشی، منی خواهی داشت چون «من» مسکینان. «من» انسان فرودست و مسکین ظریف است و نازک و سودای شهریاری و حکمرانی ندارد. و آن‌گاه که به شهریاری می‌رسی و در «من» تو سخت باد می‌افتد دیگر زمین را شایسته گام نهادن نمی‌دانی. همه عمر در پی ثروت و قدرت و شهرت بوده‌ایم، سایه‌های وهم‌آلودی که جز پایه‌ها و دیرک‌های تازه‌تر هیچ نیست و افسانه‌های پندار خود را به نحوی به جنبش می‌آوریم و در همه حال آگاهیم که «آن روز» خواهد آمد و هر آن‌چه ساخته‌ایم ویران می‌کند. اما هنوز امیدوارانه چشم انتظاری که شاید مرگ به سرای تو راه نیابد و همه از آن دیگری گردد و به سخنی دیگر این پندار چندان هم از حقیقت دور نیست. همواره مرگ و هلاک دیگران را دیده‌ای و مرگ خویش را به نظاره ننشسته‌ای. پس پنداری درست است و از منطق نیز دور نیست. آدمیان یکی پس از دیگری دامن خویش از دار فانی برمی‌چینند و راه سرایی دیگر در پیش دارند و تو هماره اسف‌آلوده غم‌شان را خورده‌ای و تو را مرگی در میان نبوده است و این

تو بوده‌ای که همراه‌شان به گورستان رفته‌ای و وداع‌شان کرده‌ای و دیگرباره به خانه بازگشته‌ای اما مبادا که اغوا شوی و نیرنگش بر تو کارساز گردد زیرا همه آن مردمان همان کاری را می‌کردند که تو می‌کنی و کسی مستثنی نیست. آن روز خواهد آمد و همه پندارهای نام و آوازه‌ات را یکسره ویران می‌کند و رد پایی نیز بر جای نمی‌ماند. هر آن‌چه در زندگی در پی برپا ساختنش بوده‌ای جز نقش و موجکی بر آب هیچ نیست و نه حتی نقشی بر شن که همه، نقش بر آب است. قلم را فرو نیاورده از میان رفته است. توان خواندنش نیز در تو نیست. پیش از آن‌که مجال خواندن بیابی از صفحه روزگار چنان محو گشته که گویی هرگز چیزی نبوده است. اما ما هنوز در پی برپا ساختن و فراز کردن این کاخ‌های سست بنیاد بر بادیم.

چون افسانه و دروغی بیش نیست باید در حفظ و پاسداری‌اش کوشید و روز و شب به جان در مراقبت بود و کسی را چندان یارای آن نیست که تا در همه اوقات این‌چنین در پایش باشد و پاسداری کند. پس گاه آن‌دم که تو از خویش غافلی لحظاتی بر تو هجوم خواهد آورد که فارغ از کار و کنش‌های «من» که همواره سد و بندت بوده، بی‌حفاظ «من»، نیم نگاهی به حقیقت بی‌افکنیم. به یاد داشته باش که هر کس را گه‌گاه لحظاتی است. برای مثال شب هنگام که به خواب می‌روی و خواب چندان عمیق است که در آن غرقه‌ای که حتی رؤیایی به سراغت نمی‌آید، پس آن‌گاه دیگر نشانی از من پیدا نیست؛ همه پندارهای دروغین رخت بربسته‌اند. خواب عمیق بی‌رؤیا بسان خرده مرگی است. در عالم رؤیا هماره اماکنی است تا امور را سر و سامانی دهی. مردمان حتی در رؤیاهای‌شان مهار «من» خود را به دست دارند. و از همین‌روی روانکاو سخت می‌کوشد تا به ژرفای خواب‌هایت وارد شود زیرا در آن لحظات چندان نمی‌توانی هویت خویش را در چنگ بگیری و آن را در قید کنی؛ و در آن ژرفا حفره‌هایی گشوده می‌شود. هنگام روز هوشیاری‌ات تمام است و مهری بر همه وجودت نقش بسته که «من»ات را حمایت می‌کند. در عالم رؤیا گاه آن را از یاد می‌بری، اما به زعم آنان که در کار پژوهش و کاویدن رؤیاها بودند حتی در رؤیا نیز این حفاظ و پوشش برقرار است. اما این امر چندان قطعی نیست. مثلاً در خواب می‌بینی که عمویت را هلاک کرده‌ای. اگر در این خواب دقیق شوی و ژرفایش را بکاوی در حیرت خواهی آمد. قصد هلاکت پدر داشته‌ای لیک عمو را کشته‌ای. نیرنگی در کار آورده‌ای و «من»، بازی را به دست گرفته است. تو که چندان پاک نیتی چگونه می‌توانی قصد هلاکت

پدر کنی و عمو در این میان بسی پدر را شبیه است هرچند کسی را سر آن نیست تا عموی خویش هلاک کند. عموها همواره آدم‌های خوبی بوده‌اند. کدامین کس در پی هلاک عموی خویش است و کدامین کس سودای هلاکت پدر خویش در سر دارد؟ میان پدر و پسر قطعاً مخالفت و مخاصمتی است بس گران. پدر را وظیفه است که پسر را ادب کند؛ باید زمام کار را به دست گیرد و فرمان دهد و پسر را به اطاعت وادارد و هیچ‌کس خواستار فرمان‌برداری و اطاعت نیست و نمی‌خواهد که نظم پذیرد و بایدها و نبایدها را گردن نمی‌گیرد. و پدر چندان قوی پنجه است و نیرومند که پسر بدو رشک می‌برد و غبطه می‌خورد و بزرگ‌ترین حسد آن است که پسر را آرزومندی در دل است که مادر به تمامی از آن او باشد و آن پدر هماره میان او و مادر قرار دارد؛ همیشه حاضر است. حس حسادت پسر به پدر افروخته می‌شود. پدر نیز پسر را حسادت می‌کند زیرا میان او و همسرش قرار گرفته. این خصومت همواره میان پدرها و پسرها بوده است. میان دخترها و مادرها نیز چنین رفته است. مخالفتی است طبیعی، حسادتی است فطری. دختر در تمنای آن است که پدر را در تملک خود داشته باشد، اما مادر آن‌جاست و چون خصمی جلوه می‌کند. اما عموها آدم‌هایی بسیار دوست داشتنی هستند. و تو در عالم رؤیا هم دست خود به خون پدر آلوده نخواهی کرد. وجدان اخلاقی‌ات که پاره‌ای از «من» توست تو را از انجام این کار باز می‌دارد و تو چاره کار را در یافتن جانشین می‌یابی و تدبیری در کار می‌کنی. اگر کالبد رؤیاهایت را بشکافی، تدابیر بسیاری در آن خواهی یافت. «من» در تلاش ایفای نقش است. «من» نمی‌تواند پذیرای این واقعیت باشد که «من دست به کار قتل پدر خویشم؟» منی که در مقام پسر، پدر را چندان فرمان‌بر بوده‌ام و همواره منت‌های ادب را در پیش او به جای آورده‌ام و او را به جان دوست داشته‌ام حال قصد هلاک پدر کرده‌ام؟ ابداً! «من»، پذیرای این پندار نیست و آن را با پنداری دیگر جابه‌جا می‌کند. عمو را با پدر شباهتی است، عمو را بکش؛ سهل‌تر جلوه می‌کند. در این رؤیا عمو جایگزین گشته است.

این همان چیزی است که در رؤیاها نمود می‌یابد. اما در خواب بی‌رؤیا «من» به تمامی ناپدید می‌شود. زیرا آن‌دم که نه اندیشه‌ای در جنبش است و نه رؤیای رنگینی به کار چگونه می‌توان پنداری درغین در کنار داشت و در کوله‌باری به سویی کشید. اما خواب بی‌رؤیا تنها لختی به طول می‌انجامد؛ در یک خواب 8 ساعته

تنها 2 ساعت. اما همان 2 ساعت جان تازه‌ای می‌بخشد و تو را زندگی تازه می‌دهد. اگر 2 ساعت در خواب عمیق بی‌رؤیا سر به بالین داشته‌ای، صبح‌گاه طراوت و تازگی همدمت خواهد بود و زندگی با شور و نوایی صد چندان تو را به تپیدن در خواهد آورد که چه موهبتی است. به هرچه در پیرامون خود می‌نگری تازه خواهد بود زیرا تو، خود دیگربار تازه گشته‌ای و اینک در فضایی زیبا زندگی آغاز کرده‌ای. در آن 2 ساعتی که در خواب عمیق بوده‌ای چه بر تو رفته است؟ همان است که پاتنجلی، سوسوپتی‌اش (Sosopti) می‌نامد: خواب بی‌رؤیا. «من» حتی در ناهوشیاری عمیق، تو را مزه‌ای از ملکوت چشانده است. پاتنجلی بر این باور است که میان سوسوپتی یا خواب بی‌رؤیا و سامادهی (Samadhi) یا انجامین حالت بوداگونگی چندان فرق نیست.

چندان فرق نیست، گرچه فرقی هست، گرچه فرقی هست و مسأله در هوشیاری است. در خواب بی‌رؤیا، تو ناهوشیاری و در سامادهی، هوشیار، اما وضع و حال همان و یکی است. به ملکوت خداوند ورود می‌کنی و به مرکز عالم وارد می‌شوی. از پیرامون خود غایب می‌شوی و به مرکز وارد. اتصال می‌یابی و با همان تازه می‌شوی و آنانی که خواب از چشم‌شان رفته است و توان خوابیدن ندارند به راستی چه سیه‌روز و مفلوک‌اند. طبیعی‌ترین منبع اتصال یافتن با ذات الوهی را از کف داده‌اند. گذرگاه ورود به کیهان را گم کرده‌اند. برای‌شان دری فرو بسته است. و این قرن، نخستین قرنی است که آدمیان از بی‌خوابی در رنج‌اند. همه درها را به روی خود بسته‌ایم و در حال بستن این در آخریم، در دنیای خواب که گویی سر آن داریم تا این آخرین اتصال را هم با انرژی کیهان بگسلیم که از این خوفناک‌تر هیچ نیست. و اینک سبک مغزانی در عالم پیدا شده‌اند که کتاب‌ها می‌نویسند و با مدارک به ظاهر منطقی قلم‌فرسایی می‌کنند که به خواب هیچ نیازی نیست و زمانی است که بیهوده هدر می‌رود. آری حق دارند، اتلاف زمان است. آنانی که زمان را با پول و کار سنجه می‌کنند و معتاد به کارند برای آن‌ها خواب جز هدر دادن زمان هیچ نیست. همان‌گونه که اینک آدم‌های معتاد به الکل و دائم‌الخمر داریم، به زودی انسان‌هایی خواهیم داشت که دائم در حال کارند. این افراد اینک چنین اظهار می‌کنند که ضرورتی برای خوابیدن نیست و می‌گویند که خواب به واقع باقیمانده نالازمی از گذشته است. بنیان سخن‌شان بر این است که در دنیای دیرین که اثری از برق و آتش نبود

مردمان از سر جبر باید به خواب می‌رفتند. حال نیازی به آن نیست که عادتی کهنه است و پس از گذشت هزاران سال باید آن را رها کرد. رأی‌شان این است که در آینده خوابی در کار نخواهد بود و هم‌اکنون در پس پرده آهنین، در کشور شوروی، به همین کار مشغولند. ابزارهای تازه می‌سازند تا بتوان به هنگام خواب، آدمیان را آموزش داد و تعلیم و تربیت را بعدی تازه بخشید تا از تباه کردن زمان خبری نباشد. و این آخرین عذاب و شکنجه‌ای است که در حال ابداع آن برای کودکانمانیم. مدارس را برای‌شان ابداع کرده‌ایم و ناخرسند از آنیم و اقناع‌مان نکرده است. کودکان کوچک در آن مدرسه‌ها محبوس‌اند و در رنج. در هندوستان در گذشته مدارس و محبس‌ها را به یک جور رنگ می‌زدند. رنگی یکسان؛ همان نوع ساختمان‌های زشت که هیچ حسی و اثری از زیبایی شناختی در آن‌ها یافته نبود؛ نه درختی، نه پرنده و نه حیوانی تا خاطر کودکان پراکنده نشود و توجه‌شان به جایی دیگر منحرف نگردد که درغیر این حال دیگر چه کسی به آن معلم نادان تاریخ گوش خواهد سپرد آن‌دم که آوای مرغکی خوش‌الحان از کنار پنجره‌ها طنین‌انداز شود یا در آن حال که معلم در حال آموزش جغرافی یا ریاضی است گوزنی خرامان خرامان به کلاس درس وارد شود. کودکان خاطرشان پراکنده می‌شود پس باید که آنان را از طبیعت و از جامعه دور کرد. باید مجبورشان ساخت ساعت‌های دراز بر نیمکت‌های سخت بنشینند و روزگار بر همین مدار می‌چرخد و به همین منوال پیش می‌رود تا ثلثی از عمرشان در مدرسه‌ها بگذرد. و در این دوران برده‌های جدیدی ساخته‌ایم. آن‌ها در باقی‌مانده عمرشان معتاد به کار خواهند بود و هرگز نخواهند توانست روزی را به فراغت بگذرانند و به تعطیل روند و اینک همان‌ها در این اندیشه‌اند که چرا باید وقت شبانه را ضایع کرد و هدر داد؛ پس می‌توان شبانگاه به تعلیم کودک پرداخت. آن‌ها در تخت در خوابند و گوش‌هایشان با ابزاری به مدرسه‌ای متصل است و به طرزی بسیار نامحسوس و در حالت زیر آستانه‌ای، پیام‌ها به مغزشان ارسال می‌شود و در این حال است که می‌توان در والاترین پایه، برنامه‌ریزی‌شان کرد. و دریافته‌اند که کودکان بدین راه سهل‌تر از گاه بیداری فرا می‌گیرند. مسلم است، آن‌گاه که در هوشیاری هستی و بیدار، هر اندازه که حمایتت کنند و حائلی فرا رویت نهند هزار و یک چیز ذهنت را آشفته می‌کند و تمرکزش را بر هم می‌زند و کودکان چندان آکنده از انرژی‌اند که هر خرده چیزی جذب‌شان می‌کند و پیوسته حواس‌شان پرت می‌شود، که فقط به خاطر غلیان انرژی‌شان

است و بس. خطایی مرتکب نمی‌شوند. زشت‌کاری را در آنان راهی نیست و بدین سبب چنین پریشان حواس می‌شوند. سگی پارس می‌کند، کسی بیرون از کلاس در زد و خورد است، شاگردی شیطنتی بر معلم بار می‌کند یا آن دیگری لطیفه‌ای می‌گوید و هزار و یک چیز دیگر ذهن‌شان را پرت می‌کند. اما آن‌دم که کودک درخواب، آرام یافته، در آن خواب عمیق که دیگر رؤیایی نمی‌آشوبش هیچ مایه پریشان خاطر و انحراف ذهن در کار نخواهد بود و اینک می‌توان خواب بی‌رؤیا را به سان پاره‌ای تازه از تعلیم و تربیت به کار بست و چنین می‌نماید که گویی درصددیم تا به هر راه ممکن ارتباط و اتصال خود را با منبع کیهانی وجود و هستی گسسته کنیم و حال، کودکان را به نفرت‌انگیزترین راه به خواست خویش می‌خوانیم زیرا حتی این کم‌ترین امکان را که بتوان به فراسوی افسانه دروغین «من» راه یافت از آنان دریغ داشته‌ایم. دیگر آن آخرین امکان ناپیدایی «من» در دسترس نیست. آن لحظه‌هایی را که می‌توانستند با ذات الوهی در ارتباط باشند مهملات تاریخ به ذهن‌شان فرو می‌کنند که مثلاً چنگیز خان در چه زمان پا به جهان گذاشت. برای چه کسی مهم است و چه اهمیتی دارد؟ در واقع اگر چنگیز خان به دنیا نیامده بود دنیایی بهتر می‌داشتیم. این همان جوابی است که در کاغذ امتحان نوشتم و آموزگار را خشمی ناگفتنی در خود فرو برد و مجبور شدم شبانه روزی بیرون از کلاس سراپا ایستاده باشم زیرا نوشته بودم بسیار مایه تأسف است که این مرد چشم به جهان گشوده است و چه بیدار بخت می‌بودیم اگر او هرگز به دنیا نیامده بود. چنین می‌نماید که شهریاران و امپراتوران، تنها برای آزار و شکنجه کودکان کوچک از درون کتاب‌ها سر برمی‌کشند و طفلان بخت‌برگشته مجبورند تا تاریخ‌های تولد و مرگ و اسامی آن‌ها را بی‌هیچ دلیلی به خاطر بسپارند. یک نظام آموزشی برتر همه این بیهوده‌گویی‌ها را رها می‌کند. 90 درصد آن‌چه می‌آموزند جز بیهوده‌گویی هیچ نیست و آن‌چه می‌ماند را می‌توان بسی بهبود بخشید و زندگی را می‌توان پرشعف‌تر، آسوده‌تر و مالامال از آرامشی فزون‌تر کرد.

آری، از آن‌جا که «من»، افسانه‌ای بیش نیست گاه خاموشی گرفته چهره در نقاب نیستی پنهان می‌کند و خواب بی‌رؤیا اوج ناپیدایی آن است. پس اهمیت مسأله را دریابیم که هنگام خواب، زمانی بس پربها است. به هیچ بهانه‌ای آن را از دست مگذارید و خوارش نکنید. خواب را آرام آرام پاره‌ای جداناپذیر از زندگی خود

کنید زیرا جسم، ساخت کاری است بس نظام‌یافته. اگر الگوی منظمی از خواب را در پیش گیرید، جسم آن را سهل‌تر خواهد یافت و ذهن آسان‌تر پای خویش را از میدان بیرون می‌کشد پس در زمان مقرر به بستر روید و تن خود را به آرامش شبانه خو دهید. پس آن‌گاه در لحظه‌های خواب بی‌رؤیا جان خسته خود را سرشار از طراوت جاودانگی و عطر تازگی کنید.

دومین منبع عظیم و بی‌کرانی که می‌توان در آن، لحظه‌های بی‌منی و فارغ از «من» شدن را تجربه کرد مهرورزیدن است و غرقه شدن در عشق، راهی که همواره سد و بندی گران فرا رویش نهاده و به تباهی‌اش کشانده‌اند. چندان عمق اندیشه آدمیان را آلاییده‌اند که در گاه مهرورزی هم در این پندارند که خطاکارند و به زشتی‌ها پلشتی یافته. حس گناه، جایی دزدانه به کمین نشسته است و این فاجعه حتی بر متجددترین انسان‌ها و حتی نسل‌های جوان‌تر و امروزی نیز رفته است. شاید در سطح و ظاهر علیه جامعه شوریده باشی و دیگر هم‌رنگ جماعتت نخوانند، اما پنداره پلشتی یافتن چندان در ژرفای هستی‌ات رسوخ یافته که تو را از آن رهایی نیست. سخن بر سر به طغیان درآمدن در سطح نیست. می‌توانیم موی خود دراز کنی که چندان مددت نخواهد کرد. می‌توانی به جمع و سلک هیپی‌ها درآیی که آن هم چاره ساز نیست. به هر راه ممکنی که در خیال گنجد می‌توانی از همه‌چیز کنار بکشی و بر همه بشوری اما بدان که آن هم حقیقتاً کمکی نخواهد کرد زیرا آن چیزها که از آن دوری می‌جویی چنان به عمق جانت رفته‌اند که دیگر پاره‌ای از آنند. هزاران سال است که در پندار آدمیان نقش بسته‌اند که مهرورزی را گناهی بس عظیم اندیشه کنند و این پندار اینک پاره‌ای از پوست و خون آنان است. پس آن‌دم که حتی آگاهانه می‌دانی که مهرورزی را خطایی نیست، ضمیر پنهان کمی بی‌اعتنایت می‌کند، هراسی پنهان بر دلت چنگ می‌زند و حس زشت‌کاری بر اندیشه‌ات مستولی می‌شود و دیگر تو را یارای آن نیست تا به تمامی به آن وارد شوی. اگر مهرورزی، تمامیت هستِ تو را در خود گیرد و به تمامی به درون آن شوی، دیگر اثری از «من» بر جای نخواهد ماند. زیرا در اوج مهرورزی، تو سراسر انرژی نابی و با حضور شعف و فورانی از انرژی، ذهن توان حرکت و به جنبش درآمدن را از دست می‌دهد و به سکون می‌رسد در چنین غلیانی از انرژی ذهن به حیرت می‌آید و مبهوت می‌شود و در می‌ماند که اینک چه کند و چه چاره‌ای ساز کند. ذهن را آن‌دم توان به کنش برخاستن است

که اوضاع و احوال پیرامونش متعارف باشد و روال آن برهم نخورد. اما آن‌دم که چیزکی بس تازه و سرشار از زندگی پا به جولانگاه او می‌گذارد از حرکت باز می‌ایستد و مهرورزی سرزنده‌ترین پدیده‌ای است که می‌توان سراغ گرفت. اگر بتوان به عمق مهرورزی درون شد، «من» به تمامی رنگ می‌بازد و همه زیبایی و حلاوت مهرورزی در این است. مهرورزی به راستی منبعی دیگر است که می‌توان روزنی به آسمان‌ها گشود و نیم نگاهی به ملکوت خداوند افکند. هم‌چون خواب عمیق اما بس پربهاتر از آن است زیرا در خواب عمیق، ناهوشیاری سویه غالب تو است و در مهرورزی هوشیاری‌ات به کار است. هوشیاری اما فارغ از ذهن و بازی‌های آنی است و از همین‌روست که دانش تانترا (Tantra) امکان حضور می‌یابد. جد و جهد و اهتمام یوگا و پاتنجلی بر مرزهای خواب عمیق است. آنان آن پاره از هست آدمی را برگزیده‌اند که چگونه می‌توان خواب عمیق را هوشیارانه کرد، پس آن‌گاه درخواهی یافت که کیستی و در آن مرکز چگونه‌ای. تانترا، مهرورزی را به سان روزنی گشوده به ملکوت برگزیده است. طریقی که یوگا در پیش دارد راهی بس دراز است که پیمودنش در توان همه نیست زیرا دگرسان کردن خواب ناهوشیارانه به هوشیاری کاری است بس توان‌فرسا و پرزحمت. شاید سال‌های دراز در تکاپوی رسیدن باشی و تو را چگونه چنین بی‌گمانی در دل است که تاب و توان به انجام رساندن آن را خواهی داشت و پای پس نمی‌کشی و هم‌چنان صبر پیشه خواهی کرد. پس تقدیری که طریق یوگا این روزها بدان مبتلا گشته آن است که آن به اصطلاح یوگی‌ها، تنها انجام حالات بدنی را پیشه کرده‌اند و بس. هرگز ژرف‌تر از آن را پی‌جو نبوده‌اند و آن‌چه همه عمر می‌کنند جز پرداختن به سطح نیست که البته بی‌تردید کالبدشان را از گزند بیماری رهایی می‌بخشند و بر سال‌های عمر خود می‌افزایند. اما نکته در این نیست. می‌توان با دویدن و در آب شنا کردن و به نرمش واداشتن جسم نیز، تن را سالم کرد و با مراقبت‌های بهداشتی و طبیبانه عمری درازتر یافت، اما مسأله این نیست. آن‌چه باید در پی‌اش بود هوشیاری در خواب عمیق است و آن به اصطلاح یوگی‌ها مردمان را می‌آموزند که چگونه بر سر بایستند و چه سان تن و اندام خود را از حال طبیعی خارج کنند و آن را پیچ و تاب دهند. اینک یوگا معرکه بازاری را مانند گشته است و چون سیرکی که دلقکان به بازی مشغولند و معنای حقیقی‌اش را از دست داده و بُعد راستینش را وا نهاده و گم کرده راهی بیش نیست. و اکنون من در این جمعی که این‌جا گرد هم

آمده‌ایم این پندار به ذهن دارم که دیگرباره یوگا را نیرویی تازه داده احیایش کنند و ویژگی راستینش را بدان باز بخشم و بدان‌جا که بایدش قرار یابد جایش دهم و آرمانی که در جستجوی آنم این است که چه می‌توان کرد تا هنگام خواب عمیق، آگاه بود و هوشیار که بنیادی‌ترین رکن یوگا همین است و اگر یوگا پیشه‌ای چیزی دیگر بیاموزد جملگی عبث است و بیهوده.

اما تانترا راهی بس سهل‌تر برگزیده است که صد چندان دلپذیرتر است؛ مهرورزی گشاینده آن روزن است. هر آن‌چه بدان نیاز است غلبه بر احساس گناهی است که نسل در نسل در تو به ودیعه نهاده‌اند و همه منابع درونی‌ات را ضایع کرده است و شرنگ آلوده‌اند و انسان امروز از معنای عشق تهی گشته و شمایی که بدین‌جا پا نهاده‌اید باید که این احساس را به تمامی رها کنید.

هنگام مهرورزی، در اندیشه نیایش ذات ملکوت و مراقبه و آن هستی‌بخش بی‌همتا باشید. در گاه مهرورزی احساسات‌تان را مشتعل کنید و دیگرگونی پذیرید و به رقص آیید و نوای شادی سر در دهید. باید که جای مهرورزی را نیایش‌گاه خود کنید و چون راز مقدس حرمتش نگه دارید و شتابان در پی فرجامش نباشید. ژرف‌تر در آن درون شوید و با وقار و متانتی تمام هر بندی را بگسلید و هر پاره آن را به نظاره بنشینید و بر آن لحظه موعود در عجب خواهی شد که چه سان کلید معما به دست داشته‌ای و خود از آن بی‌خبری. آن ذات مقدس، تو را با گشایش‌گری بدین جهان هبوط داده لیک باید که آن کلیدها را و روزن‌ها را برگشود. مهرورزیدن از پدیده‌های بس پرتوانی است که در آن «من» از میان می‌رود، حالی است آکنده از هوشیاری محض که هر دم آن در تپش است و هست راستین را به لرزه می‌افکند از فردیت تو دیگر چیزی بر جای نمی‌ماند و در انرژی کل غرقه می‌شوی. پس آن‌گاه آرام آرام بگذار تا این حال فرا روی شیوه زیستنت قرار گیرد باید آن‌چه در آن اوج مهرورزی بر تو حادث می‌شود در همه احوال در وجودت جاری شود، نه به سان تجربه‌ای زودگذر که هماره بر تو مستولی باشد. پس از آن است که هرچه کنی و به هرجا که پا بگذاری، چه آن‌دم که آفتاب برمی‌دمد همان احساس را خواهی داشت که گویی آرام آرام در همه هستی درهم آمیخته می‌شوی و یگانه. یا آن‌گاه که پشت بر زمین تکیه داده‌ای و اختران آسمان را در نظاره‌ای دگرباره آن احساس درهم آمیزی در برت می‌گیرد یا آن‌که گویی با زمین یکی گشته‌ای. آرام آرام، مهرورزی آن راز پنهان و آن

کلید گشایش‌گر را در دستانت خواهد نهاد که چه سان با همه هستی در عشق‌ورزی به سر بری و پس از آن، دیگر «من» فریب و افسانه نخواهد بود که می‌توان چون افسانه‌ای به کارش بست و اگر چون افسانه به کارش بندی دیگر تو را خطری نخواهد بود.

معدود لحظه‌های دیگری هم هست که «من» به خواست خویش و به طیب خاطر به خواب می‌رود: در لحظه‌های پرمخاطره. در حال رانندگی هستی و ناگاه به چشم خود شاهدی که تصادفی در راه است و دیگر مرکب خویش در مهار نداری و گویی دیگر امکانی برای نجات خویش متصور نیستی. در حال برخورد با درختی هستی یا با ماشین باری که از مقابل در گذر است یا در حال سقوط به داخل رودی و در آن لحظه‌ها این حس یقین چندان قوت می‌یابد که به ناگاه «من» ناپدید می‌شود. و در زمانه ما این جاذبه عظیمی که برای حرکت به سوی احوال و موقعیت‌های پرخطر در میان مردم به چشم می‌خورد از همین‌روست؛ پای در راه صعود به اورست می‌گذارند که خود مراقبه‌ای است ژرف. در این میانه کوهنوردی و کوه‌گری اهمیتی دارد بس بیکرانه. هر لحظه بالا رفتن از کوه را خطری همراه است و هرچه پرخطرتر، زیبایی‌اش فزون‌تر خواهد بود. و تو لحظه‌هایی زودگذر را تجربه خواهی کرد، لحظه‌هایی بی«منی». هرگاه خطری و مخافتی عظیم تمامیت را به چالش بخواند و آن را به تهدید برخیزد، ذهن به سکون می‌رسد. ذهن هنگامی توان اندیشیدن دارد که تو را خطری نباشد. آن مخافت، تو را نیندیشیده و یکباره خواهد کرد و تو در آن نیندیشیدگی و یکبارگی به ناگاه درخواهی یافت که تو آن «من» نیستی.

اگر دلی ذوق‌پسند و زیبایی‌پرست داشته باشی شاید آن زیبایی، گشاینده درهای فروبسته تو باشد. مرد یا زنی خوب‌روی می‌بینی و «من» از میان می‌رود و در آن زیبایی مستغرق می‌شوی، یا گل نیلوفری را در آبگیری به نظاره می‌نشینی، یا برآمدن آفتاب را در ضیافتی، و شاید با دیدن پرنده‌ای بال گشوده در باد یا هر واقعه دیگری که ماشه آن تیزحسی روح را بفشارد، هر آن‌چه که تو را در آن لحظه چندان ژرف به تصرف درآورد و تحت‌تأثیر قرار دهد که تو خویش را فراموش کنی و دست از آن بشویی، در آن‌دم است که «من» به خواب می‌رود و افسانه‌های خود را فراموش می‌کند.

اگر لحظه‌ای فراموشش کنی خواب‌آلوده می‌شود و چه زیباست آن لحظه‌هایی که «من» به خواب می‌رود و آن‌گاه خواهی توانست لمحاتی از حقیقت راستین را به تجربه درآوری. پس همواره به یاد داشته باش که لحظه‌های بیش‌تری را به خانه روح خود دعوت کنی و پذیرا باشی و در سراچه دل مکان فراخ‌تری برای آن لحظه‌ها فراهم کنی که این تنها راه راستینی است که در گذر آن می‌توان به نظاره ملکوت خداوند نشست، آن‌دمی که نه در «من» خود که در ذات الوهی غرقه باشی.

بر بال رهایی

بزرگ‌ترین آرزومندی انسان تمنا و اشتیاق بی‌حد او برای رهایی است. آدمی را همواره آرزوی رهایی به دل بوده و والاتر از آن هیچ نخواسته است. رهایی همان هسته بنیادی آگاهی انسان است. عشق، لایه پیرامون آن است و رهایی مرکزش. آن‌دم که این دو به تمامی تحقق یابند و اهداف‌شان برآورده شود، زندگی را هیچ تأسف و ندامتی نخواهد بود و این دو در کنار هم متحقق می‌شوند و به ثمر می‌نشینند و گسستگی در میان‌شان نیست.

آنان که کوشیده‌اند تا عشق را بدون رهایی ارضا کنند و تحقق بخشند آن عشق بی‌رهایی را مایه سیه‌روزی فزون‌تر خود یافته‌اند و خویش را سخت‌تر در اسارت دیده‌اند، و عشق دیگر آن چیزی نخواهد بود که گمان می‌بردی و انتظارش را می‌داشتی و درست به چیزی مخالف آن بدل می‌شود، که همه امیدها را درهم می‌شکند و انتظارها را به تمامی ویران می‌کند و از زندگی جز دشتی سترون هیچ بر جای نمی‌ماند. و زان پس به سان کورمالی خواهد بود در تاریکی که هرگز دری را درآن نخواهی یافت. سرشت عشق بی‌رهایی با میلی بی‌حد و حصر به تملک و تصاحب درهم آمیخته است و آن‌دم که تملک و تصرف از دری وارد می‌شود تو به پای خود و دیگری قید و بندی گران می‌زنی و هر دو را به اسارت می‌بری زیرا نمی‌توان کسی را در تصرف خویش داشت جز آن‌که خود را در اختیار او قرار دهیم. نخواهی توانست کسی را بنده خود کنی مگر آن‌که به تمامی مملوکش شوی. هر آن کرداری که بر دیگران روا می‌داری بر تو همان می‌رود. باید آغوش ادراک بر این اصل اولیه برگشود که عشق بی‌رهایی هرگز تحقق نمی‌یابد.

جمعی هم بوده‌اند که همه همت خود را برای آزمون آن سویه دیگر یعنی رهایی بدون عشق طلب کرده‌اند یعنی همان رهبانان و از زندگی گریختگان. این مردمان که دست از دنیا شسته‌اند و آن را ترک گفته‌اند از عشق هراسانند، می‌هراسند زیرا عشق را همراه با اسارت و در بند بودن معنا کرده‌اند. آنان از همه احوالی که عشق می‌تواند در آن جاری شود، ببالد، صورت واقعی به خود گیرد و امکان حضور یابد چشم پوشیده و آن را از خود دور کرده‌اند. خلوت‌گزینی و گوشه‌نشینی‌شان هرگز به فرجام تنهایی ناب نخواهد رسید و همواره

خلوت‌گزین خواهند بود و خلوت‌گزینی را اصحاب معرفت بسی فرد باورانه معنا کرده‌اند که سراسر تهی‌ناک و اندوه‌بار.

می‌توان انزوا پیشه کرد اما انزواپیشگی، خلوتی با خود ندارد. گوشه‌گیری و انزواپیشگی همان تنهایی جسمانی است اما خلوت و تنهایی ناب، تنها بودنی است معنوی. اگر در این پنداری که از دیگران دوری جسته‌ای، اگر از دنیا چشم پوشیده‌ای و از آن گریخته‌ای و اینک در تنهایی به سر می‌بری بدان که در وهمی گران غرقه‌ای. جهانی که از آن گریزانی پای در تعقیب نهاده و در پی به دام افکندنت روانه گشته است. همه تمناها و هوس‌های ممکن، تو را درمیان گرفته و تو اینک رنجه کابوس‌هایی هستی که فزون از شمارند زیرا هر آن‌چه را که از آن دست شسته‌ای به آسانی رهایت نخواهد کرد. ترک دنیا کردن جز سرکوب هیچ نیست. اگر در پی آنی که چیزی را بیش و بیش‌تر سرکوب کنی، نیاز به سرکوب آن در تو شعله‌ورتر خواهد گشت و هرچه بر سرکوب آن پای بفشاری، نیروی بیش‌تری خواهد یافت و توانمند تر خواهد شد؛ در رؤیاهایت فوران خواهد کرد و در توهماتت بروز می‌یابد. مردمانی که در دیرها و صومعه‌ها زاویه نشینی پیشه کرده‌اند، وهمی گران را به جان می‌خرند. آنان که برای گوشه نشینی پای به درون غارهای هیمالیا می‌گذارند دیر یا زود ارتباطشان با واقعیت گسسته می‌شود و گام در راه خلق واقعیتی برخاسته از ذهن وهم آلودشان می‌گذارند؛ واقعیتی شخصی، واقعیتی برگرفته از تخیلات بیمارگونهء ذهن.

اما در مغارهای هیمالیا کسی یافت نمی‌شود و تو مختاری تا هر آن‌چه در سر داری بیافرینی. تنهایی چنان ادباری است که آدمی را وامی‌دارد تا اوهام خویش را ایمان بیاورد که به راستی کسی در نزد اوست حال آن‌که جز جنون هیچ نیست.

از یک‌سو انسانی را نظاره گریم، انسانی دنیا دوست که در تلاش یافتن عشق بی‌رهایی بوده است و در آن ناکام. زندگی‌اش جز اسارت و بندگی انبوه بی‌شماری از آدمیان و چیزهای پیرامونش هیچ نیست و جسم و ذهن و روحش در بند است. او حتی به قدر خرده- جنبشی نیز رهایی ندارد. این یک سوی ناکامی و شکست است و غالب آدمیان در این معنا گرفتار آمده‌اند. گروه اندکی نیز از دنیا گریخته‌اند و با مشاهدهء این سیه روزی در پی یافتن سویه دیگر یعنی رهایی، موکشا(moksa) و نیروانا سر به راهی دیگر نهاده‌اند، که

سرانجام جز پریشانی روان و روان‌نژندی عاقبتی نخواهند داشت. اینان یک‌سره در رؤیای خویش می‌زیند. انزوا پیشگی‌شان چندان است که به اجبار باید چیزکی خلق کرده تا باقی عمر را با آن سر کنند. اما فرجام هر دو سویه تلاش‌هایی که جملگی از چارچوب منطق پا فراتر نهاده‌اند جز ناکامی نصیبی نبوده است. و از این‌روست که اکنون آدمی به حیرت بر سر دو راهی سرنوشت‌سازی ایستاده است که کدامین راه را پیشه کند و به کدامین طریق رهسپار شود. گذشته و ایام دیرین به تمامی ناکام بوده است. هر آن‌چه در گذشته انجام یافته خط بطلانی برش رفته است و به راهی بن‌بست منتهی گشته. اینک باید به کجا رفت و چه باید کرد؟ آتیشا برایتان پیامی بس مهم دارد و آن، پیام همه بوداها و روشنی یافتگان این عالم است.

شما را از جانب آن به اشراق رسیدگان این پیام است که عشق و رهایی را دو پاره جدا از هم ندانید که باید هر دو را با هم داشت یا هر دو را با هم رها کرد و وا نهاد لیک نتوان گزینشی در کارشان کرد و یکی را برگزید. عشق، پیرامون است و رهایی، مرکز. بایسته است تا به چنان تعادل و توازن ظریفی رسید تا در آن نازکای اعتدال، عشق و رهایی در کنار هم شکوفا گردند و آن دو را این توان است که چنین کنند زیرا بر قلیلی از مردمان این حال رفته است و اگر در درازای تاریخ، این فرجامین حادثه خطیر تنها بر یکی از ابنای بشر نیز رفته باشد پس بر همگان ممکن است و از دسترس دور نیست و حقی است که از آغازین لحظه حیات، تو را بخشیده‌اند. مدی‌تیشن، راز دست‌یابی به آن توازن است.

مدی‌تیشن، مرغکی است که او را دو بال به گستره ابدیت داده‌اند: عشق و رهایی. همه جد و جهد من در این مکان که به یاد بودای فرزانه نامش نهاده‌اند بر آن است تا شمایانی که در این‌جا گرد آمده‌اید را همزمان، آن دو بال جادویی دهم: مرغکان عشق، هست خود را در بیکرانگی عاشقی پرواز دهید و رها باشید. در اقیانوس عشق غوطه زنید و فارغ از هر تملک و در بند کشیدنی باشید؛ رها باشید اما راه سرما را بر دل خود سد کنید و با گرمای برآمده از عشق، درونش را به تپش در آورید. رهایی و عشق‌تان باید که دست در دست هم بالیدن بگیرند گویی که یک‌دیگر را سخت در برگرفته‌اند و در رقصی شادمانه و پای‌کوبان دست یاری به هم می‌دهند و آن‌دم است که انسان کامل زاده می‌شود، انسانی که در این عالم زندگی می‌کند و در همان حال او را با این جهان کاری نیست. پس آن‌گاه انسانی زاده می‌شود که در وجودش کرانه‌های بی‌انتها به هم

می‌رسند و می‌گذرند و یک‌دیگر را کامل می‌کنند. آن مستغنی که بی‌رهایی، عشق می‌ورزد فقیر است و مسکین و رها بودن بی عشق زیستنی است در تنهایی و اندوه و ظلمت. برای متحقق ساختن و به بار نشاندن رهایی، سخت نیازمند عشقیم. محتاج عشقیم تا بتوان رهایی را پرورش داد؛ و شما سانیاسین‌ها که در این‌جا جمع آمده‌اید باید پیوسته به یاد داشته باشید تا میان آن‌دو برگزینشی در کار نکنید. باید هردو را هم‌زمان به درون کشید و هضم کرد. عشق را باید که در پیرامون خود داشته باشید و بنیان هر کنشی قرار دهید که از وجودتان بر می‌خیزد و رهایی باید در ژرفای هستی‌تان جای گیرد و مرکزیت‌تان گردد و روح خود را بدان صیقل دهید.

رهایی، سه گونه است و باید عمق معنای هر سه را کاوید و آن را به تمامی درک کرد، نخستین رهایی، رها شدن از چیزهاست؛ دومین رهایی،رهایی در آینده و سومین، رهایی محض است. اولین گونه رهایی، برخاسته از واکنشی است که نظر به گذشته دارد و تو در این گونه از رهایی با ایام گذشته در ستیزه خواهی شد و در طلب آنی تا از هر آن‌چه که در آن روزگاران بر تو رفته است رهایی یابی و خود را خلاصی دهی زیرا ذهن تو هم‌اکنون سخت گرفتار گذشته است. مکتب و مشرب روان‌کاوی در تلاش است تا آدمی را این‌گونه رهایی بخشد، رها شدن از دردهای گذشته، دردها و جراحت‌هایی که در کودکی بر روان تو رفته‌است. درمان آغازین[1] (Primal Therapy) بر گذشته استوار است و باید در هزارتوی زمان دیگرباره به روزگار سپری شده بازگردی و خود را از آن رها کنی. باید به اولین فریاد آغازین رجعت کنی که در لحظه زاده شدن سر داده‌ای؛ پس آن‌گاه رها خواهی شد.

از نگاه درمان آغازین، روانکاوی و درمان‌های دیگر باید گذشته را رها کرد و با آن مصاف داد و به کارزار درآمد. برای رها شدن، تو را این الزام است تا به هر سامانی که می‌دانی حصار گذشته را درهم بکوبی، پس از آن است که رهایی، مقدمت را خوشامد خواهد گفت.

---

1. درمان آغازین (Primal Therapy)ـ نوعي روان‌درماني متكي بر نظر آرتورژانوف. اين روش اساسا عبارت است از تعامل رواني پر تنش بين درمان‌جو و درمان‌گر كه بر هدف واحدي متمركز است: كه بيمار عميق‌ترين هيجانات خود را نسبت به پدر و مادر خود بشناسد و ابراز كند، يا به عبارتي با ضربه آغازين تماس يابد. اين تماس، مشخصا با فريادي جگر خراش و دردناك تظاهر مي‌كند (فرياد آغازين)ـ فرهنگ جامعه روان‌شناسي و روان‌پزشكي؛ نصرت‌الله پورافكاري 1376.

کارل مارکس و زیگموند فروید تا آن‌جا که پای این‌گونه رهایی در میان است، رودرروی هم نمی‌ایستند و ضدیتی با هم ندارند و آرای هردو یکی است. به زعم کارل مارکس آدمی باید از گذشته رها شود، از همه ساختارهای اجتماعی و اقتصادی گذشته. نگرش او رویکردی سیاسی است؛ حال آن‌که رهیافت فروید بدین مقوله برخاسته از تأملاتی است روانشناختی. اما آرای هردوشان ریشه در ایده رها شدن از چیزی را دارد.

هر کنشی که درصدد اصلاح و بهبود ساز و کارهای سیاسی برآمده باشد تنها برآمده از واکنش‌های نهفته است و هرگاه دست به کنشی متقابل زدی هرگز رها نخواهی بود. باید به عمق این معنا پی برد. آن کنش متقابل، تو را فقط به ظاهر رهایی ملبس خواهد کرد و آن را هرگز به رهایی حقیقی راهی نیست. رهایی کامل هیچ‌گاه از وادی واکنش‌ها میسر نخواهد بود. طریق رهایی راستین از گذرگاه واکنش‌ها طی نخواهد شد و رهایی کامل همان رهایی راستین است. می‌توان به پیکار گذشته شتافت اما به مقابله رفتن همان و از دری دیگرسان به ناکجایی پرتاب شدن همان، و این واقعه بارها بر تو رفته است که با هر آن کس که در ستیزی، همان بر تو چیرگی می‌یابد و او را مانننده می‌شوی. خصم خود را سخت محتاطانه برگزین زیرا تقدیر تو به دست آنان رقم می‌خورد و آشکارا خواهی دید که از همان دم آغازین پیکار،تو را این اجبار خواهد رفت تا تدبیر و سیاست‌شان را دریابی و راه و روش‌شان را فرا گیری. باید راهی که در آن بر تو می‌تازد را آشکار کنی و آرام آرام به خصم خود بسی شبیه‌تر از دوستان خود خواهی شد و این واقعه همانی است که بر کشور روسیه شوروی رفته است. آن‌گاه که کمونیست‌ها همه ساختارهای اجتماعی را درهم پیچیدند و دیگرگون کردند و تزار را به دار مکافات آویختند، پدیده‌ای غریب پا به عرصه نهاد، آنانی که دست خود را به خون تزار آلوده کرده بودند خود به تزارهایی مهیب‌تر بدل شدند. ژوزف استالین در عمل بسی مخوف‌تر از ایوان مخوف از کار درآمد. ایوان در قیاس با استالین، پشه خردی هم نبود و این پدیده‌ای است موافق طبع هر آن کس که ناهوشیارانه دست به عمل می‌زند. من در این‌جا به هیچ‌روی سر آن ندارم تا از استالین طرفداری کنم اما می‌توانم دریابم که به واقع چه رفته است. اگر با تزار در ستیزی بایدت تا راه و رسم او را فراگیری و آن‌گاه که بر او استیلا یافتی، آن شیوه‌ها را چندان تردستانه فرا گرفته‌ای که زان پس پاره‌ای از تو هستند و تو همان را علیه خصم خویش به کار می‌بندی.

دومین انگاره از رهایی، رهایی از آینده است و همواره به دوردست‌ها نظر دارد انگاره نخست، انگاره‌ای است در عالم سیاست و دومین، اما، بیش‌تر برآمده از پندار آرمان شهر خیالی شاعرانه است. کسان بسیاری نیز در طلب آن روان شده‌اند لیک آن هم بسی ناممکن است چرا که همه امکان‌های موجود در آینده می‌بینند. تو را این اختیار نداده‌اند که در لحظه حال به حیات خویش ادامه دهی. زندگی اکنون تو نه در ایام دیرین و نه در روزگاران آینده است بلکه بایدت تا در اکنون زیست کنی. آن پندارپرستان خیال‌پرور، آرمان شهرهای زیبایی را در تجسم آورده‌اند، لیک آرمان شهرهای‌شان هرگز به صورت واقع به خود نخواهد گرفت که توان چنین امری در آن نیست. اگر گذشته را فراموش کنی و به آینده نظر بیفکنی هنوز تحت اختیار گذشته‌ای و خود از آن بی‌خبری. شاید با نگاه به آینده رؤیاهای زیبا و دلنشینی ترسیم کنی اما آن خواب‌ها را توان دگرسان کردن واقعیت نیست و واقعیت هم‌چنان بر جای خویش است. رؤیاها بسی بی‌ثمرند و ناتوان. انگاره سوم از رهایی، عصیان است و سر به طغیان کشیدن که مدارش هماره بر لحظه اکنون می‌گردد. سومین رهایی، رهایی عارفانه است. به راستی آن‌دم که سخن از رهایی بر زبان می‌رانم چه در نظر دارم و مقصودم چیست؟ بی‌گمان نه رهایی از گذشته و نه رها شدن در آینده را منظور نظر دارم، آن‌چه بیانش را قصد کرده‌ام بودشی در این‌جا و اکنون است و فقط زندگی کردن لحظه به لحظه بی‌هیچ سامانه ـ باوری و آرمان ـ شهری. سانیاسین راستین، آن عارف حقیقی، نه در برابر گذشته قیام می‌کند و نه سرسپرده آینده است؛ او چندان به تمامی غرقه لحظه اکنون است که نه برای گذشته و نه آینده فرصتی و توانی دارد و چنین است که آن یاغی و نافرمان زاده می‌شود و سر به طغیان داشتن زیباترین پدیده‌ای است که می‌توان در همه هستی از آن سراغ گرفت. بودای فرزانه یاغی بود، عیسی مسیح را نیز چنین می‌دانند؛ آتیشا، آن عارف بی‌همتا هم عصیان کرده و کبیر (Kabir) نیز سر به شورش برداشته بود. آنان جملگی یاغی بودند. اگر آن‌ها را انقلابی خواه اندیشه کنید، درباره‌شان راه به خطا برده‌اید و منظورشان را درنیافته‌اید که چنین نبودند، گذشته‌گرا نیز نبودند. جهت‌گیری این مردمان به تمامی چیز دیگری است و در این‌جا و اکنون ریشه دارد. برای هیچ ایده‌آلی نمی‌زیستند و آگاهی‌شان را هیچ سامانه ـ باور دروغینی رنجه نمی‌ساخت. آنا خلوص بی‌همتای این لحظه را زندگی می‌کردند و هر دمی برای‌شان شعفی بی‌انتها بود و آن لحظه را در وجودشان سرود و سرایشی برپاست و لحمه‌ای بود که در آن به رقص می‌شدند و هر لحظه را با همان شادی و طربناکی لحظه پیش می‌زیستند آن‌سان که گویی

نخستین‌بار است که چشم به جهان گشوده‌اند و لحظه به لحظه می‌زیستند و پیشاپیش طرح زندگی نمی‌افکندند و بدین سبب است که در مشرق زمین که عارفان چنین تأثیر عظیمی داشتند فاجعه‌ای چون کمونیسم هرگز روی نداده است. ایده و پندار همه از آن مغرب زمین است. آن پندار هرگز در کنه آگاهی مشرق زمینیان پایه‌ای نیافته و چیزی چون آرمان شهرهای باختریان نیز نزد آنان معنایی پیدا نکرده است، بل رویدادی تماماً دیگرگونه متحقق گشته است. آن به روشنی رسیدگان و اشراق یافتگان که لحظه به لحظه در چنان شادمانگی نابی می‌زیستند، شعف‌شان چندان مسری بود که هر آن کس را که با آنان در تماس بود در خود فرو می‌برد و غرقه می‌کرد و آن نوآمدگان و پرتوجویان زان پس با چشمانی تازه به واقعیت جهان می‌نگریستند. آن به حقیقت‌رسیدگان تو را بینشی تازه می‌دهند که معنای اکنون و این‌جا را ژرف بشکافی و به عمق جان خود بری. و معنی رهایی ناب در همین است. درباره آن تأمل کنید. به هیچ علم‌النفسی هم نیاز نیست و به همین خاطر روانشناسی‌های گونه‌گون در شرق رواجی نیافته است. نیازی نیست تا به درون ضربه‌های عاطفی گذشته شویم؛ در واقع حتی اگر آن آسیب‌ها را از هم بشکافی و اندرونش را بکاوی هرگز از آن‌ها رهایی نخواهی یافت. شاید پذیرنده‌تر شوی و قدرت دریافتنت فزون‌تر گردد لیک هیچ زمانی تو را رهایی نخواهد بود. هر آن‌چه که تاکنون آرتور ژانوف، بنیان‌گزار درمان آغازین، در باب پسا ـ انسان آغازین نبوده است که به تمامی از جراحات ایام دیرین رهایی یافته باشد، زیرا عملی ناممکن است. راه و رسمی که روانکاوی و درمان‌های هم‌خانواده آن را در پیش گرفته‌اند و به انجامش مصرند یکسره باطل است و ناممکن. گذشته‌ای در کار نیست پس اکنون در تلاش رها شدن از چه هستی؟ فی‌الواقع تحت‌تأثیر یک روان‌درمان‌گر فرهیخته، تو آغاز به خلق گذشته می‌کنی که او را خوش آید و میل او باشد. اگر به نزد فرویدی‌ها روی، گذشته‌ای فرویدی می‌آفرینی و اگر معتقدان به مشرب یونگ را برگزیده‌ای گذشته‌ای یونگی خلق خواهی کرد. اینک این حقیقت را همه می‌دانند که بیمار در خیال خود گذشته‌ای را خلق می‌کند که درمان‌گر انتظارش را دارد. بیمار روان‌درمان‌گر معتقد به نحله یونگ به سهولت هرچه تمام زندگی‌های گذشته‌اش را به یاد می‌آورد و آغاز به بیان امور اسرارآمیز، رازورانه و باطنی می‌کند و حالاتی را عیان می‌کند که هرگز بر بیماری که نزد فروید رفته است نمود نمی‌یابد. بیمار فروید چیزی را بیرون می‌آورد که فروید انتظار دارد: لیبیدو[1]،

---

1. لیبیدو (Libido)ـ این اصطلاح در روانکاوي به معني انرژي سائق جنسي است که به وسيله فرويد معرفي شد اما چون موضوع مرگ و سائق ويرانگري نسبتاً دير در رشد

خیال‌پردازی‌های جنسی عجیب و غریب، متهم بودن به زنای با محارم و انواع و اقسام آسیب‌های جنسی؛ چیزهایی که در بودن به زنای با محارم و انواع و اقسام آسیب‌های جنسی؛ چیزهایی که در روان‌شناسی یونگ هرگز ظاهر نمی‌شود. و بیمار درمان آغازین فریاد زدن‌هایی را آغاز می‌کند که شاید حقیقتی در پس‌شان نباشد. اما انسان‌ها موجوداتی هستند بسیار مددکار و مهربانم اگر آنان را ایده‌ای دهی با به ثمر رساندنش تو را مرهون خویش می‌سازند. حقیقتش را بخواهید بیمار برای درمان‌گر بسیار احساس دلسوزی می‌کند و رقت قلب، او را در برمی‌گیرد. هم اینک صدها روان‌درمان‌گر غربی دست‌اندر کارند و هر یک نیز سخت باور دارد که فقط او محق است، حال آن‌که این بیمار می‌تواند فریبش دهد وهمان بیمار به سراغ روان‌درمان‌گر دیگر می‌رود و او را هم می‌فریبد. بیماران دست به بازی خطیری می‌زنند و ناآگاهانه آن را به پیش می‌برند. ذهن آن‌چنان فراخ و گسترده است که می‌توان همواره چند جزئی از آن را برگزید تا با فلسفه‌ای خاص تناسب داشته باشد و با روان‌شناسی ویژه‌ای منطبق گردد و نظریه‌ای را اقناع کند. آدمی چونان پهنه بیکرانه‌ای است و نباید به سان پدیده‌ای خرد و کوچک به مصافش رفت. ذهن می‌تواند هزاران هزار یونگ و فروید و آدلر را در خود جای دهد و این تویی که قادری از میان‌شان گزینش کنی. در درونت چندان آکندگی می‌یابی که می‌توانی پاره‌هایی را از میان‌شان گزینش کنی. در درونت چندان آکندگی می‌یابی که می‌توانی پاره‌هایی را از میان‌شان دست‌چین کنی تا با درمانی که در پیش گرفته‌ای هم‌خوان باشد.

به دلیلی خاص هرگز چیزی چون کمونیسم یا روانکاوی از مشرق زمین سر بر نیاورده است و علتش آن بوده که عارف و اهل راز را هیچ‌گاه سودای رهایی از گذشته و رها شدن در آینده نبوده است. مجاهدت صوفی و اهل راز برای رهایی که موکشا (Moksa) یا رهایی کاملش نام نهاده‌اند هیچ دخلی به آن‌چه دیگر نیست و چیزی که هنوز پدیدار نگشته ندارد. همه دل‌مشغولی او این لحظه است، این دم کوچک و بولورین و پاک، و هستی یافتن در این لحظه همان تبلور یافتن و هست شدن در مدی‌تیشن است. آن‌گاه که به تمامی در این لحظه استقرار یافتی به مدی‌تیشن راهی گشوده‌ای و آن‌دم که مدی‌تیشن در ژرفای هست تو افروخته شود

روانشناسي وي مطرح شد، اين اصطلاح معمولاً با مفهومي كلي‌تر براي انرژي مرگ يا سائق پرخاشگري هم مورد استفاده قرار مي‌گيرد. البته تعديل‌هاي بعدي فرويد در اين زمينه نظريه اوليه او را در مورد ليبيدو تحتتأثير رارنداد اين اصطلاح مفهوم ضمني جنسي خود را به قوت خود حفظ كرده است. (فرهنگ جامع روانشناسي و روانكاوي؛ نصرت‌الله پورافكاري، 1376.)

شاهد رشد و بالیدن دو بال در خویش خواهی بود؛ یکی، بال عشق است و آتیشا آن را شفقت و هم‌دردی می‌نامد و بال دیگر، رهایی است و آن دو بال را بالیدنی است هم‌زمان. بالش آن دو، خرسندی و رضایت خاطر به همراه دارد و از آن لحظه به بعد دیگر زندگی را هیچ تأسفی ملازم نیست و ملالی آشفته‌اش نمی‌کند و زان پس شاهد اسرار می‌شوی و عاشقانه و در اوج رهایی زندگی خواهی کرد و حیات را مالامال از استغنائی مدام خواهی دید و نیلوفر آگاهی‌ات همه به گل می‌نشیند و زندگی را تا انتهای معنای وجود خواهی زیست. آن‌چه دیگر مردمان در تلاش انجام آنند صرفاً حرکات و اشاراتی است سراسر تهی و زندگی، نامی شایسته آن‌چه می‌کنند نیست.

چگونه می‌توان به آن رهایی موعود رسید؟ چگونه آن هسته اصلی وجود را باید یافت؟ پاسخ را در مدی‌تیشن می‌توان جستجوگر بود. آتیشا، مدی‌تیشن را آگاهی می‌نامد و آگاهی را باید پرورش داد. در آغاز فقط بذری است در کشتزار وجودت که می‌تواند درختی تناور شود و رأی او این است که در این راه دو چیز می‌تواند مددیارت شود. یکی، بازبینی است و دیگر باز جستن. بازبینی بدان معنی که هرگز چیزی را اجازه وارد شدن به ذهن ندهی مگر آن‌که هر گوشه‌اش را به تمامی و به تفصیل مشاهده کرده باشی. از بزرگی نقل کرده‌اند که گفته است آن زندگی که بازبینی نشود ارزش زیستن ندارد. بازبینی و وارسی، گام اول است، یعنی آگاه بودن از هر آن‌چه که قصد گذر از معبر ذهن دارد و نیت ورود به آن را کرده است و پیوسته ذهن را در آمد و شد می‌یابی؛ هوس‌های بی‌شمار، گفتگوهای بی‌پایان و رؤیاهای پیمایش‌ناپذیر جملگی درگذرند. و بایدت که به تأمل بنشینی. باید هر یک را که قصد عبور از ذهن کرده است وارسی کنی و کالبدشان بشکافی و حتی اندیشه‌ای خرد را نیز خارج از حیطه هوشیاری اجازه ورود ندهی زیرا اگر چنین شود بدان معناست که به خواب رفته‌ای و ناهوشیاری بر تو غالب آمده است. دمی از دم پیش بیش‌تر به نظاره بنشین. و دومین گام، باز جستن است و به تفحص. در خوان اول سخت در کار مشاهده و بازرسی باش و سپس در آن هنگام که چیزکی بارها و بارها رخ نمود آغاز به نگریستن به ریشه‌ها و خاستگاه آن کن. خشم در دلت زبانه می‌کشد و هربار به همان غضب‌آلودگی گرفتار می‌آیی. بازبینی‌ها نشانت می‌دهند که احساس خشم و دژکامی در آمد و شد است؛ باز جستن و تفحص، ریشه‌های آن را در معرض تماشا می‌گذارد که از کدامین سو سرچشمه

می‌گیرد چرا که شاید رازی را برملا کند و آن راز این باشد که خشم، تنها نشانه چیزی دیگر است که اینک نهان گشته و از نظر غایب است. شاید «من» (ego) ات باشد که زخم دیده و تو این‌سان غضب‌آلوده و آن چیز «من» در پس لایه خشم نهان است. هم‌چون ریشه‌های درخت است. شاخ و برگ را می‌بینی لیک ریشه‌ها در عمق خاک نهفته است. با بازبینی و وارسی، درخت را عیان خواهی دید، و با باز جستن ریشه‌ها را به نظاره می‌نشینی و تنها با دیدن ریشه‌ها دگرسان گشتن ممکن خواهد شد. ریشه‌ها را از زیر خاک بیرون کشید و نور خورشید را بر آن بتابید و زان پس است که می‌شود خشکیدن درخت‌ها را شاهد بود. اگر ریشه‌های خشمت را بیابی به حیرت می‌روی که چه زود غضبت فروکش می‌کند و از میان می‌رود. اگر بتوانی ریشه‌های غم و اندوه خود را بیابی دگرباره در شگفت خواهی شد. در قدم اول، ذهن خود را وارسی کن و دریاب که آن چیست که پیوسته و دمادم در آن حضور می‌یابد و بدان و آگاه باش که افکار و اندیشه‌هایت چندان که می‌پنداری بسیار نیستند. اگر خوب وارسی‌شان کنی خواهی دید که معدود اندیشه‌هایی است که بارها در ذهن واگویه می‌شوند و به تکرار درمی‌آیند؛ شاید به شکلی تازه و رنگی نو بر ظاهر و جامه‌ای دیگرگونه به بر و نقابی تازه‌تر، اما معدوداند آن اندیشه‌ها که تو را در سر است و اگر نیک آن‌ها را بنگری در عجب خواهی آمد و درمی‌یابی که تنها یک فکر بنیادی به سر داشته‌ای. گورجیف[1] (Gurdjieff) را عادت بر این بود که به شاگردانش اندرز دهد که بایسته است که آغازین عمل هرکس در راه خودشناسی یافتن مهم‌ترین خصلت اصلی در خویشتن باشد و هر انسانی دارای یک خصلت اصلی است که شاید خشم باشد یا طمع یا تمایلات جنسی یا شاید هم چیزی دیگر باشد چون حسد. دریاب که آن خصلت اصلی چیست؟ آن چیست که محور همه افکار گشته و همه به دور آن می‌گردند اگر این توان را در خویش یافتی تا آن مرکز را جستجوگر شوی، ریشه را یافته‌ای و اعجاز در این است که زمانی که ریشه را یافتی نیازی نیست تا آن را قطع کنی و از بن بیرونش کشی، زیرا در همان‌دم که پیدایش کنی خود، بریده می‌شود و راز نهان دگرسانی (transformation) همین است. آن‌دم که اندوه و ملال به خانه دلت هجوم می‌آورد مکرر در مکرر به

---

1. گورجیف، گیورگس (1870ـ1940)؛ نماینده مخفي حكومت روسيه در دوران تزارها، معلم سرخانه دالايي لاما، متخصص در هيپنوتيسم و علوم باطني كه سال‌هاي بسياري را براي يافتن اسرار حكمت‌هاي باطني در سفر بود و مكتبي را جهت رشد و تكامل هماهنگ انسان پايه‌گزاري كرد. (برگرفته از كتاب «انرژي متعالي، گورجيف چه مي‌گويد»؛ كاتلين ريوردن اسپيت، ترجمه مجيد آصفي ـ نشر فراوان.)

نظاره‌اش بنشین. به ناگاه آن اندوه از ناکجا وارد می‌شود و حال خوشت را برهم می‌زند و ساعتی بعد رخت برمی‌بندد و اندکی بعد دوباره ظاهر می‌شود و هم‌چنان بدین بازی تو را گرفتار کرده است. به راستی چرا بر تو چنین می‌رود؟ نخست وارسی کن، سپس درونش را شکافی زن و آن را بازجوی تا سرانجام آن کیفیتی را که آگاهی‌اش می‌نامند در تو ظاهر شود و زمانی که آگاهی در تو جوانه زند منبعی را در دست خواهی داشت که می‌توان ریشه همه امراض را از جا درآورد و گردن زد و همین که آگاهی آرام آرام نذج گیرد خواهی دید که چه سان از گذشته و آینده رها گشته و به لحظه اکنون ورود می‌کنی و هردم در لحظه حال حضوری پرمعنا خواهی یافت. به حضوری خواهی رسید که پیش‌تر نبوده است و در آن حضور، عبور هر لحظه را به تمامی حس خواهی کرد. حواس انسانی تو جملگی به خلوصی ناب می‌رسند و بسی زنده و هوشیار می‌شوند چندان که همه زندگی را دیگرباره هیجان و شور و حدتی تازه در برمی‌گیرد. دنیا همان خواهد بود که پیش‌تر ادارک می‌کردی و با این حال همان‌گونه نخواهد بود. درختان سبزتر در نظر جلوه می‌کنند و گل‌های سرخ، سرخ‌تر. مردمان پیرامونت را زنده و زیباتر خواهی یافت. عالم، همان عالم است لیک سنگ‌دانه‌های لب ساحل در دیدگانت چونان الماس و زمردند. آن هنگام که آگاهی ریشه‌های خود را ژرف‌تر در جانت بگسترد، آن هنگام که در لحظه حال باشی به چشم‌اندازی افسون‌گر و وهم‌انگیز از حیات قدم خواهی گذاشت و از همین‌روست که عارفان از آن حسن جمال و زیبایی سخن می‌گویند و تو آن را نمی‌یابی. آن اهل راز از جشن و سروری عظیم گفته‌ها بر زبان دارند و تو را هیچ مکانی، سروری یافته نیست. آنان از نغمه‌های خوش‌آهنگی که در همه سو به ترنم است، قصه‌ها ساز می‌کنند اما گوش تو را هیچ نوایی نوازش نمی‌دهد و گران گوشی سخت رنجه‌ات کرده است. همه هستی در این لحظه همان جشن و سروری است که آتیشا از آن سخن می‌گفت و در آن غرقه بود. عالم یعنی جشن و سروری بی‌پایان؛ اما قلب تو اینک فرو مرده و سرد گشته و فقط آن قلبی که در تن داری در تپش است. قلب روحانی تو تماماً باز ایستاده و بی‌وجود آن قادر به تماشای جشن و سرور زندگی نیستی و چگونه می‌توان شکرگزار آن ذات مقدس بود آن‌دم که ناتوان از دیدن آن سروریم که به همه سو و در همگان جاری است؟ اگر آن موهبت و عطیه را نبینی چگونه شاکر خواهی بود و چه‌چیز را باید سپاس گفت؟ تو اکنون مالامال از گلایه و آه و ناله‌ای، و افسوس و حرمان، درونت انباشته

است. بر عالم خشم گرفته‌ای که چرا هستی‌ات را ممکن ساخته است و این رنج بهر چیست. تو فقط نظاره‌گر درد و رنجی زیرا چشمانت را به دیدن آن خو داده‌ای چشمان خود را بشوی و آن‌گاه عالم را آکنده از رحمت و فیض و برکت و تماشا بنشین.

مدی‌تیشن

مدی‌تیشن، حالتی است که در آن از ذهن خبری نیست. مدی‌تیشن، حالتی است که از هوشیواری محض، بی‌هیچ محتوایی. به‌طور معمول آگاهی انسان انباشته از انواع و اقسام مهملات و زباله‌هاست، چون آیینه‌ای که گردوغبار روی آن را پوشانده باشد. ذهن مکانی است که بی‌وقفه در آن آمد و شد می‌شود، افکار در حرکت‌اند، امیال و آرزوها شتابان و پیوسته معبر ذهن را به تصرف خود درمی‌آورند. ذهن به راستی هر روزه انباشته از ترددی دائمی است؛ حتی آن‌دم که در آرامش شبانه خفته‌اید ذهن به کار خویش است و در حال خواب دیدن، هنوز در کار اندیشیدن است، هنوز مالامال تشویش‌ها و خلجان‌های روحی است و خود را برای روزی دیگر مهیا می‌کند. تدارکی پنهان و در خفا در جریان است. این حال، حالتی است که در آن اثری از مراقبه و مکاشفه یافته نیست. درست در نقطه مقابل این حالت، مدی‌تیشن قرار یافته، آن‌دم که دیگر نشانی از آمد و شد در کار نیست و اندیشه و اندیشیدن پایان یافته است؛ هیچ فکری در صحنه ذهن نمی‌جنبد و هیچ میلی برانگیخته نمی‌شود. تو را آرامشی بی‌همتا در خود فرو برده است و یکپارچه در سکوتی ناب غرقه‌ای. آن سکوت همان مدی‌تیشن است و در آن خاموشی، حقیقت عیان می‌گردد.

مدی‌تیشن، حالتی است که در آن هیچ نشانی از ذهن بر جای نیست و نمی‌توان به واسطه ذهن به درک و دریافت آن نائل شد چرا که ذهن همواره خود را تداوم بخشیده، خویش را جاودانه می‌سازد. تنها زمانی می‌توان به مدی‌تیشن دست یافت که ذهن به کناری نهاده شده باشد، با متانت و خونسردی، چندان که گویا تفاوتی نمی‌کند؛ آن‌دم که خود را با ذهن خویش یکسان ندانی، آن‌گاه که عبور ذهن را نظاره کنی لیک خویش را با آن همسان نپنداری و نیندیشی که «من» همان ذهن خویشم. مدی‌تیشن یعنی حضور آگاهی از این معنا که «من» خویش نیستم. آن‌دم که این آگاهی در ژرفای جان‌تان قرار یابد آرام آرام لحظاتی چند از گرد راه می‌رسد، لحظاتی از سکوت، لحظاتی از فضای ناب، لحظاتی از وضوح، لحظاتی که هیچ‌چیز از هیچ کجای هستی‌تان نمی‌جنبد و هرچه هست در سکون و سکوتی مطلق فرو رفته است. در آن لحظه‌های خاموشی، «کیستیِ» خود را خواهید یافت و سرّ و راز این عمل بر شما گشوده خواهد شد و همان‌دم که

قطره‌ای چند از شهد آن به کام تشنه خود فرو برید اشتیاقی ناگفتنی در هستی‌تان افروخته می‌شود که اعماق آن را هرچه فزون‌تر بکاوید و ژرف‌تر فرو روید؛ اشتیاق و تمنایی تاب نیاوردنی، عطشی بس فرو ننشاندنی. یکپارچه شعله‌ور خواهید گشت، و همه معنای سانیاسین در این است: یعنی آن‌دم که عصاره لحظاتی چند از سکوت را فرا چنگ آورید، لحظه‌هایی از شعف، از مکاشفه درون، به تمامی خواستار آن خواهید شد که پیوسته و دمادم در آن حال و مقام مستغرق شوید. شوق و تمنای پیشه کردن مدی‌تیشن در همه عرصه‌های حیات همه معنا و مفهوم سانیاسین بودن است. و اگر می‌توان از امکان‌پذیر بودن لحظه‌ای چند سخن گفت پس دیگر ملالی نیست، آرام آرام لحظه‌های بیش و بیش‌تر فرا خواهند رسید. هم‌چنان که در این راه به چیره‌دستی می‌رسید و راه و رسم گرفتار نشدن در هزارتوهای ذهن را فرا می‌گیرید و در جدا ماندن و کناره گرفتن از آن متبحر می‌شوید و هم‌چنان که علم ایجاد فاصله میان خود و افکار خویش را به تمامی درمی‌یابید، مدی‌تیشن از همه سو بیش از پیش بر شما باریدن خواهد گرفت و هرچه بیش‌تر بارش آن را بر خود حس کنید بسی فزون‌تر دیگرگونه می‌شوید.

و روزی خواهد آمد، مالامال از برکت و فیضی عظیم، آن‌گاه که مدی‌تیشن بدل به کیفیتی مأنوس گردد. ذهن چیزی است بس نامأنوس و غریب و هرگز نمی‌توان آن را کیفیت طبیعی انسان دانست. مدی‌تیشن، حالتی است طبیعی که آن را کیفیت طبیعی انسان دانست. مدی‌تیشن، حالتی است طبیعی که آن را از کف داده‌ایم؛ بهشتی است گم شده اما می‌توان دگرباره به چنگش درآورد. به چشمان کودکان بنگرید، بنگرید و در پس نگاه آنان سکوت و معصومیتی بس عظیم خواهید یافت. کودکان با حالتی از مراقبه و مکاشفه پای بدین جهان نموده‌اند اما افسوس که باید کودک را با راه و رسم این جهان آشنا کرد، باید چگونه اندیشیدن را، چگونه حساب کردن را به او آموخت، باید آموزشش داد که چگونه تعقل کند و دلیل آورد. باید واژه‌ها، زبان و مفاهیم را فرا گیرد و پس از آن است که آرام آرام ارتباط خود را با هوشیاری ازلی خویش از دست می‌دهد. جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کند شفافیتش را از او گرفته، آلوده‌اش می‌کند؛ دستگاهی کارآمد می‌شود که دیگر نمی‌توان انسانش نامید.

همه آن‌چه نیاز داریم بازیافتن دگرباره آن فضاست؛ فضایی که پیش‌تر آن را می‌شناختید. به همین سبب آن‌دم که اول بار با مدی‌تیشن آشنا می‌شوید در حیرت و شگفتی فرو می‌روید زیرا سرشار از احساس غریب آشنایی می‌شوید که گویا آن را پیش از این می‌شناخته‌اید و این گمان و احساس، حسی حقیقی است.

آری، پیش‌تر آشنا بوده‌اید اما به دست فراموشی سپرده‌اید؛ گوهری است مدفون زیر تلی از زباله اما اگر قدری آن را بکاوید دیگربار گوهر را به دست آورده، پس آن‌گاه به تمامی در تملک‌تان است. این حال، حالی است که نمی‌توان به راستی آن را از دست داد، فقط می‌توان فراموشش کرد. ما جملگی نگرش‌گر زاده شده‌ایم و پس از آن است که راه و رسم ذهن و بازی‌های آن را یاد می‌گیریم. اما سرشت راستین‌مان هم‌چون جریان آبی که در زیرزمین جاری است، جایی در عمق جان‌مان پوشیده مانده. اگر روزی قدری از این خاک را حفر کنیم و کنارش زنیم، سرچشمه‌ای خواهیم دید که هنوز جاری است؛ سرچشمه آبی گوارا، طرب‌انگیزترین مایه زندگی یافتن آن سرچشمه است.

مدی‌تیشن یعنی اقرار و اذعان به هستی داشتن دنیای درون و این‌که باید در طلب آن پای در راه گذاشت. تمرکز ذهن بر غایت و هدفی، بر چیزی مملوس قرار یافته؛ حال آن‌که مدی‌تیشن یعنی در جستجوی شناخت تمنای ناب بودن. این آرزومندی در من چیست که خروارها پول می‌خواهد، که می‌خواهد صاحب قدرت باشد، که میل بلندآوازه شدن دارد؟ این شورمندی از بهر چیست/ چه کسی در من چنین مشتاقانه در طلب است؟ ماهیتش چیست؟ شناختن این اشتیاق و این شورمندی همانا مدی‌تیشن است و شناختن آن با تمامی وضوحش یعنی شناخت ذات متعال؛ تمنایی که هیچ محتوایی در آن نیست، اشتیاق محض. ذات متعال چونان زبانه آتشی است بی‌دود. و مدی‌تیشن تو را به ساحت این ذات رهنمون می‌شود چرا که تو را با خود به درونی‌ترین هسته وجودیت می‌برد و آن‌گاه که حرکت به درون را آغاز کردی، چرخه ازلی به کمال خود می‌رسد.

تنها زمانی می‌توان خود را کمال‌یافته و در راه بلوغ دانست که مدی‌تیشن حرکت خود را آغاز کرده باشد و در هر حالی جز این، در کودکی خویش و بازیچه‌های کودکانه‌مان عمری را گذران خواهیم کرد. شاید بخواهیم بازیچه‌هایمان را عوض کنیم؛ کودکان کوچک، طفلان نوپا با بازیچه‌های کوچک، و کودکان بزرگ،

کودکان سال‌خورده با بازیچه و اسباب‌های بزرگ‌تر خود را سرگرم می‌کنند اما کارشان در اصل هیچ فرقی با هم ندارد. هردو به یک کار سرگرم‌اند. حتی کودک شما هم گاه چنین می‌کند. بر بلندای میزی می‌ایستد که شما در کنارش بر صندلی نشسته‌اید و فریاد می‌زند:

«پدر، نگاه کن که من چقدر بزرگ‌تر از تو هستم.» روی میز ایستاده است و فریاد می‌کند: «پدر، بنگر که چقدر از تو بلندترم.» و به او می‌خندید. و حال خود چه می‌کنید زمانی که اندک ثروتی اندوخته‌اید، فقط بنگرید که با چه فخری بر زمین گام می‌نهید، گویی دیگر خدا را بنده نیستید و هر آن کس را که در اطرافتان است می‌گویید: «خوب بنگرید که من چه سان بزرگم، چه اندازه برترم.» یا آن‌گاه که به مقام و منصبی می‌رسید خوب نظاره کنید که چگونه قدم برمی‌دارید، با چه تبختری و با چه منیتی. همه را می‌گویید که جملگی را «من» از میدان به در برده‌ام، این «منم» که بر صندلی ریاست تکیه کرده‌ام. این‌ها همه بازی‌های کودکانه یکسانی بیش نیستند. از کودکی تا سال‌خوردگی، عمری را به بازی‌ها و بازی‌چه‌هایی سپری می‌کنید که بسی به هم شبیه‌اند. آن زمان که طفلی بیش نیستید خود را به بازیچه مونوپولی سرگرم می‌کنید و همین بازی را بعدها در بازار سهام پی می‌گیرید. به راستی با هم چه تفاوت دارند؟ بازی همان بازی است فقط با مقیاسی وسیع‌تر. به جد و جهد کودکان نگاه کنید، که چطور می‌خواهند دست خود را به ماه برسانند و آن را بگیرند و حال، دانشمندان را بنگرید. حتی عالم‌ترین‌شان در تلاش رسیدن به ماه هستند، که البته به آن هم رسیدند. فرقی میان آن گرفتن و این رسیدن نیست. شاید بتوان خود را به اختران دیگر نیز رساند اما کودکی و اندیشه‌های کودکانه هم‌چنان پابرجاست. حتی اگر به ماه بروید، به راستی آن‌جا چه خواهید کرد؛ ماهیت‌تان همانی است که بود، با همان افکار سودا زده در ذهن خویش و با همه اوهامی که در دل دارید، سرگشته و حیران بر ماه خواهید ایستاد. ابداً توفیری نخواهد داشت. چه فرودست و مسکین و چه دولتمند و توانگر، چه گمنام و چه بلندآوازه به راستی که هیچ فرقی در میان نیست جز آن‌که ذهن راهی دیگر در پیش گیرد و رو به سوی درون گذارد، مگر آن‌که ذهن در ابعادی کاملاً تازه قرار گیرد و یکپارچه مراقبه و مکاشفه شود. مدی‌تیشن زمانی حادث می‌شود که ذهن حرکت خود را به سوی سرچشمه و منشأ خویش آغاز کند.

مدی‌تیشن شما را به بلوغ می‌رساند و کمال‌یافته‌تان می‌کند. مدی‌تیشن سبب رشد و بالیدن‌تان خواهد شد. افزوده شدن بر سال‌های عمر رشد یافتن حقیقی را معنا نمی‌دهد. مردمانی را می‌شناسم که در 80 سالگی گرم بازی هستند، بازی‌های قدرت و سیاست. چنین می‌نماید که در خوابی بس عمیق‌اند. به راستی پس دیگر چه زمانی قصد بیدار شدن دارند؟ چه هنگام نیم‌نگاهی به درون خواهند انداخت و اندیشه خواهند کرد؟ که پایان راه نزدیک است و هر آن‌چه گرد آورده‌ای باید وانهی؛ قدرت، ثروت، آوازه و حتی جامه‌ای نیز بر جای نخواهد ماند و خواهی دید که همه زندگی چه سان بی‌اعتبار است. آن‌دم خواهد رسید و هرچه ساخته‌ای ویران می‌کند. آن‌دم خواهد آمد و بر تو عیان می‌کند که همه کاخ‌هایی که بنا کرده‌ای سخت بی‌بنیاد است.

زمانی بالغ می‌شوی که دریابی جوهری در تو نهفته است که با مرگ آشنا نیست؛ که بدانی آن جوهر، فراسوی نیستی و نبودن را جستجو می‌کند، که آن مدی‌تیشن است. ذهن با این جهان آشناست و مدی‌تیشن از آن ذات برین خبر می‌دهد. ذهن راهی است برای درک این دنیا، مدی‌تیشن طریقی است برای فهم آن دنیا. ذهن دل‌نگران محتویات خود است؛ دل‌مشغولی مدی‌تیشن، آگاهی است. ذهن وسوسه ابر را در خود دارد، مدی‌تیشن در طلب آسمان است. ابرها در آمد و شدند، آسمان جاودانه بر جای خویش است. به جستجوی آسمان درون برآیید و اگر آن را یافتید بدانید که مرگ را هرگز با شما کاری نیست. کالبدتان از میان خواهد رفت، ذهن‌تان فرو خواهد مرد شما را کاری با مرگ نیست. و اگر این را بدانید، زندگی را دانسته‌اید. آن‌چه زندگی می‌نامید حقیقی نیست چرا که دستخوش مرگ و نیستی است. از میان همه، تنها نگرش‌گر است که معنای زندگی را به تمامی می‌داند چرا که به نفس ابدیت پای نهاده است.

سؤال کرده‌اندکه: «**لطفاً توضیح دهید که چگونه می‌توان بدون بهره گرفتن از ذهن، بر چیزی به نگرش نشست؟**»

مدی‌تیشن هیچ ارتباطی با ذهن ندارد. مدی‌تیشن صرفاً حالتی است که در آن اثری از ذهن نیست. اعمال ذهن و کارکردهای آن تنها اسباب زحمت و آشفتگی در مدی‌تیشن را فراهم می‌کند. اگر خواسته باشد تا از

راه ذهن به مدی‌تیشن گام نهید ناکامی‌تان قطعی است و بدانید که تلاش‌هایتان محکوم به شکست است. تنها کوشیده‌اید که ناممکنی را ممکن کنید.

نوآموزی که در مکتب ذن سال‌ها به مدی‌تیشن نشسته بود هرگاه به نزد استادش می‌آمد و هر احوالی که بر او رفته بود عرضه می‌کرد استاد فقط دست رد بر آن احوال می‌زد که: «این‌ها همه خیالات ذهن است و جملگی بیهوده؛ بازگرد و دیگرباره به مراقبه بنشین.» روزی استاد به کلبه مرید درآمد؛ او را دید که در حالتی بوداگونه بر جای خویش نشسته است. استاد ذن، مرید را سخت تکان داد و بدو گفت: «این‌جا چه می‌کنی؟ اگر بودای سنگی خواسته باشیم در پرستش‌گاه از آن‌ها بسیار داریم. با این‌گونه بر جای نشستن چون بودای سنگی هرگز به اشراق نخواهی رسید. کاری بکن که تو را گفته‌ام. فقط با به سکون درآوردن جسم، ذهن از میان برنمی‌خیزد چرا که از راه ذهن تو این خویش کاری را بر جسم خویش اجبار کرده‌ای و هرچه به فرمان ذهن انجام گیرد پرتوان‌تر شدن ذهن را سبب خواهد شد.» سالی سپری شد و استاد دیگربار به خلوت‌گاه مرید آمد؛ نوآموز ذن آسوده بر جای نشسته بود و با چشمان بسته از نسیم صبح‌گاهی و نوازش خورشید بر جسم خویش محفوظ می‌پنداشت که در مکاشفت استاد است. استاد ذن قطعه‌ای آجر به دست گرفت و در جلوی مرید خود شروع به مالیدن آن بر تکه سنگی کرد. این کار چنان مرید را برآشفت که سرانجام تاب تحمل از کف داد و فریادکنان پرسید: «استاد، چه می‌کنید؟ آیا قصد دیوانه کردن مرا دارید؟» استاد پاسخ داد: «می‌کوشم تا از این تکه آجر آیینه‌ای بسازم؛ بر این باورم که اگر به قدر کفایت آن را مالش دهم سرانجام آیینه‌ای خواهم داشت.» مرید خنده‌ای زد و گفت: «همواره گمان می‌بردم که باید اندکی از عقل سلیم بی‌بهره باشید و اینک این ظن به یقین تبدیل شد. هرگز نمی‌توان از آجر، آیینه‌ای ساخت. می‌توان سال‌های سال آن را بر سنگ مالید اما آجر همان آجر خواهد بود.» استاد در پاسخ او را گفت: «عجب هوش و فراستی! و تو این‌جا به چه کار مشغولی؟ سال‌های سال است که می‌کوشی از درون ذهن خود به مراقبه بنشینی و نگرش کنی و این کار تو مانند آن است که بخواهی از آجری آیینه‌ای بسازی.» و آن‌گاه استاد آجر را به درون برکه‌ای که در کنار آن مرید زیر درختی نشسته بود انداخت و آجر با سر و صدای بسیار به داخل برکه افتاد و همان صدا بسنده بود تا اعجازی روی دهد. چیزی در مرید بیدار شد؛

خوابی درهم شکست؛ وهمی از میان برخاست و مرید به هوشیاری رسید. برای اولین بار لمحه‌ای از مدی‌تیشن را چشید و به تجربه درآورد و استاد بلادرنگ فریاد زد: «این همان است.» و این حال کاملاً ناگهان و بی‌خبر از احوال مرید از راه رسیده بود. شاگرد را انتظار این واقعه نبود که استاد به ناگاه آجر را به درون برکه انداخت و آن صدای آب. باشو، از استادان بنام ذن هایکوی زیبایی در این‌باره دارد: «برکه پیر، غوکی به درون پرید، و صدا.» و دیگر هیچ. آن آوا، آوایی بیدارگر است.

مدی‌تیشن را نمی‌توان و نباید با سخت‌کوشی و تلاش درهم آمیخت زیرا هر تلاش و جد و جهدی از درون ذهن، از خود ذهن و به واسطه خود ذهن خواهد بود. پس چگونه می‌توان انتظار داشت که تو را به فراسوی ذهن حرکت دهد؟ و تو هم‌چنان بر گرد ذهن خویش خواهی گشت. باید از این خواب برخیزی. ذهن تو چیزی جز وهم زندگی نیست، خوابی است بس گران. ذهن چیزی نیست جز روند پیوسته‌ای از رؤیا دیدن‌های پیاپی، آرزومندی‌های دمادم، حرف‌های بیهوده، خاطرات بی‌جان. از من می‌پرسید که چگونه می‌توان بدون بهره جستن از ذهن بر چیزی به نگرش نشست؟ آیا نمی‌توانید فقط با چشمان خود جهان را بنگرید؟ آیا نمی‌توانید بی‌آن‌که ذهن خود را دخیل کنید به نظاره دنیا بنشینید؟ واژه‌ها را باید در سکوت غرقه کرد. به راستی چه نیازی است تا ذهن را در این کار وارد کنیم؟ در این‌جا سخن از پایش‌گری است. اما بدانید فقط شما نیستید که این سختی راه درمانده‌تان کرده بل معضلی است که انبوه رهروانی را که در این کره خاک دل‌بسته مراقبه مدی‌تیشن‌اند دربند خود ساخته است. جملگی آن‌ها درک درستی از مدی‌تیشن ندارند و تمرکز اندیشه را به جای آن می‌پندارند. تمرکز و تأمل ذهن مقوله دیگری از ذهن است، موضوعی است که آن را در مدرسه و دانشگاه می‌آموزند و البته موارد استفاده خود را هم دارد. نمی‌گویم که بی‌فایده است. تمرکز ذهن یعنی معطوف کردن ذهن بر موضوعی خاص، و در حوزه‌های گوناگون علم بسی بدان نیاز است. در آن‌جا باید حتماً ذهن و اندیشه را بر موضوعی خاص متمرکز کرد تا هر اندیشه دیگری را از ورود باز دارد. باید حیطه آگاهی را محدود کرده و به قدر سر سوزنی کوچکش کنید. و تا آن‌جا که به دنیای عینیت‌ها مربوط است این روش علمی، روشی است بس کارآمد اما آن‌جا که پای دنیای ذهن به میان می‌آید، به هیچ روی چاره‌ساز نیست. در آن عالم نباید ذهن را بر چیزی تمرکز داد، خواه آن چیز نور درون باشد، عشق

باشد، شعله باشد، شفقت باشد و خواه ذات برین. تمرکز هیچ معنا ندارد. تنها عملی که باید صورت گیرد آگاهی از هر آن چیزی است که در آن‌دم حضور دارد. فکر و ذهن اهل تمرکز را به سهولت می‌توان برهم زد. هر چیزی می‌تواند سبب دل‌پراکندگی او گردد چرا که می‌کوشد کاری خلاف طبع خود انجام دهد.

کودکی می‌گرید و او ذهنش آشفته می‌شود، هیاهوی خیابان اوج می‌گیرد و او خیالش پریشان می‌شود، همهمه گذر هواپیمایی می‌آید و او را پریشان ذهن بر جای می‌نهد، سگی پارس می‌کند و ذهن ناآرام او به دنبال آن صدا می‌رود. هر چیزی سبب آشفتگی ذهن او می‌شود. و بی‌تردید آن‌دم که ذهنش پریشان شود دلسردی و یأس و درماندگی بر دلش چنگ می‌زند و دیگربار خود را می‌بیند که در کار خویش ناکام گردیده است.

ذهن اهل مراقبه را نمی‌توان آشفته کرد زیرا او از همان آغاز بر چیزی به تأمل ننشسته است. قرار و دوام هستی، تداومی خطی ندارد؛ توأمان است. مثالی می‌آورم: در این‌جا سخن می‌گویم، پرندگان نغمه‌سرایی می‌کنند، همهمه خیابان به گوش می‌رسد، قطاری می‌گذرد. همه این‌ها همزمان و توأمان هم روی می‌دهند. فقط باید در سکوت فرو رفت و نظاره کرد و حضورشان را شاهد بود. نیازی نیست تا چیزی را از حیطه آگاهی خود برانید چون هر آن‌چه نادیده گرفته شود در تلاش مشوش کردن ذهن‌تان خواهد آمد. اگر چیزی را مستثنی نکنید، اگر آگاهی‌تان همه را فرا گیرد، دیگر چه خواهد بود که در پی آشفته کردن‌تان باشد. در واقع حضور هرچه هست بر خاموشی‌تان خواهد افزود. چیزی را توان برهم زدن آرامش ذهن‌تان نیست. آیا علتش را می‌دانید؟ نیازی به کنکاش نیست. جواب در بی‌تاب نبودن شماست. تمرکز ذهن یعنی تنش و تشویش ذهن، معنای واژه «توجه» (attention) نیز از همین است. آگاهی را نباید از مقوله «توجه» دانست. آگاهی یعنی غوطه‌ور شدن در عمق بی‌انتهای آرامش. آگاهی را آرمیدن معنا کرده‌اند. پس در سکوت، ذهن خود را آرام کنید. پندارها و اندیشه‌ها گذر خواهند کرد و نیازی به مکدر ساختن خاطر نیست. این افکار را توان چه کاری است؟ امیال خواهند آمد و می‌گذرند؛ آمد و شدشان را نظاره کنید و هیچ سنجه‌ای در کار نیاورید. نگویید این مطلوب است و آن دیگر قبیح؛ به داوری منشینید که «ای عجب حال غریبی، چه معنویت شگرفی.» بسا حس و لرزشی در ستون مهره‌ها، و گویی چیزکی رو به بالا در حرکت است و در این

پندار درآیید که، «کندالینی، آن مار جادویی، از جای جنبیده و سر برآورده است»، که این‌ها همه وهم است و خیال، یا به سان نوری در درون بینید که دیدنش چندان هم دشوار نیست یا رنگی از رنگ‌های عالم اوهام. آنان که گام در این راه می‌نهند عجایبی از سر خواهند گذراند بسی دلربا، لیک جملگی سربه‌سر پندارهای ذهن است، حال هر اندازه الوان، هر اندازه دلربا. در این پندار نیفتید که وه چه شگفت است که عیسی مسیح، کریشنا یا بودا را در مقابل دارم و در این خیال خام فرو در نغلتید که «حال دارم به غایت حقیقت پای می‌گذارم.» بودای فرزانه می‌گوید: «اگر در راه مرا دیدی در کشتنم درنگ مکن.» مقصودش این است که اگر به نگرشت وارد شدم، آن را مطبوع حال خود ندانی چرا که اگر دل‌نشین یافتی به خیالی دل‌خوش خواهی شد که چیزی جز صورتکی بافته از پندار تو نیست. بی‌هیچ رجحانی نظاره‌اش کن، گزینشی در کار نکن. اگر بتوان بی‌هیچ گزینشی از هر آن‌چه که در درون و بیرون است آگاه بود، روزی مدی‌تیشن رخ خواهد نمود. هیچ اجباری در انجام کاری نیست. تنها عملی که می‌توان پیشه کرد فرا گرفتن هر نظاره کردن است، نظاره‌ای که در آن داوری و قضاوت راه ندارد. پس روزی، آن‌دم که آرمیده‌اید، در آن اوج آرامش، هوشیاری ناب فرا می‌رسد که در آن هیچ اندیشه‌ای یافته و میلی انگیخته نیست، گویی که هیچ‌گاه پیش از این نیز نبوده‌اند. دیگر ذهنی در کار نیست و آن‌گاه که ذهنی در کار نباشد، آنک مدی‌تیشن. آن حال را که ذهنی نباشد مدی‌تیشن نام نهاده‌اند. پس بدانید آن‌چه می‌گویم را به درستی درنیافته‌اید. آن زمان که می‌گویم به نگرش بنشینید یعنی نظاره کنید. اگر می‌گویم آواز پرندگان را به نگرش بیشینید فقط روی سخنم بر این است که آن را به نظاره بنشینید، مقصودم متمرکز کردن ذهن نیست و از آن‌رو که منظور نظرم پایش‌گری است می‌توان هر هیچ را به نظاره نشست. می‌توان به بازار رفت و مردمان را نظاره کرد و آن مدی تیشن است.

می‌توان در ایستگاه قطاری درنگ کرد و قیل و قال آن را نظاره نمود. قطارها می‌آیند، مسافران پای بر زمین می‌گذارند، کارگران فریاد می‌زنند و فروشندگان دوره‌گرد به کار خویشند و قطار دم‌به‌دم دورتر می‌شود و سکوت و خاموشی بار دیگر ایستگاه را در خود می‌گیرد. فقط نظاره کنید. کار و کنشی از وجودتان برنمی‌خیزد و آرام آرام انبساطی ناگفتنی در ژرفای وجودتان رخنه می‌کند و همه تنش‌ها از میان برمی‌خیزد

و آن‌گاه آگاهی و بینش ناب به سان غنچه‌ای شکوفا شده به گل می‌نشیند و عطر خوش‌بوی آن به هر سو پراکنده می‌شود و در آن سکوت، حقیقت نقاب از چهره می‌گشاید.

پایان